

Утверждаю: вр.и.о. заведующий  Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

**МЕНЮ на 21 МАЯ 2024г**

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	омлет с маслом слив	130	130	197,42	206,41
	кофейный напиток на молоке	150	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	сыр российский	15	22	54	72
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
<b>итого</b>		<b>330</b>	<b>400</b>	<b>422,32</b>	<b>514,77</b>
2-й завтрак	яблоки	100	110	47	51,7
<b>итого</b>		<b>100</b>	<b>110</b>	<b>47</b>	<b>51,7</b>
обед	суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	150	200	81	108
	гуляш из отварного мяса	70	85	109	130
	греча с маслом слив	100	150	162	243
	помидор свежий	20	20	9	9
	компот из кураги	160	180	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
<b>итого</b>		<b>540</b>	<b>685</b>	<b>520,47</b>	<b>696,4</b>
	печенье	40	50	170,8	213,5
	йогурт	125	125	79	79
<b>итого</b>		<b>165</b>	<b>175</b>	<b>249,8</b>	<b>292,5</b>
ужин	капуста тушеная со слив. маслом	180	210	144	165,9
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
<b>итого</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>249,8</b>	<b>296,3</b>
<b>итого за день</b>		<b>1535</b>	<b>1820</b>	<b>1489,39</b>	<b>1851,67</b>