

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

**МЕНЮ на 07 ИЮНЯ 2024г**

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша рисовая с маслом	160	200	227	307
	кофейный напиток на молоке	150	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	сыр российский	15	20	54	72
	масло сливочное	5	8	37,4	74,75
<b>итого</b>		<b>360</b>	<b>468</b>	<b>456,2</b>	<b>637,15</b>
2-й завтрак	сок	150	180	76	88,8
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>180</b>	<b>76</b>	<b>88,8</b>
обед	горошек зеленый	30	35	11,52	15,36
	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	150	200	102,67	125,3
	гуляш из мяса кур	70	85	109	130
	макароны отварные с маслом слив	115	150	128,8	168
	компот из свежих плодов	150	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
<b>итого</b>		<b>525</b>	<b>685</b>	<b>499,94</b>	<b>629,7</b>
полдник	ватрушки	60	75	153,2	191,5
	чай сладкий	160	200	36	40
<b>итого</b>		<b>220</b>	<b>275</b>	<b>189,2</b>	<b>231,5</b>
ужин	пюре гороховое с м.слив	180	210	196,4	229,1
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
<b>итого</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>302,2</b>	<b>359,5</b>
<b>итого за день</b>		<b>1655</b>	<b>2088</b>	<b>1523,54</b>	<b>1946,65</b>