

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 21 ИЮНЯ 2024г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша манная молочная с маслом	160	200	141	177
	какао на молоке	150	200	89	118,67
	яйцо вареное	40	40	61	61
	масло сливочное	5	8	37,4	74,75
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		385	488	396,2	521,82
2-й завтрак	сок	150	200	74	98,67
итого		150	200	74	98,67
обед	огурец свеж	20	20	8	8
	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	150	200	102,67	125,3
	ежики в томатно-смет соусом из кури	150	200	312	350
	компот из свеж плодов	160	200	48	56
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
итого		520	670	545,39	632,7
полдник	булочка с сюрпризом	50	60	179	214,8
	чай сладкий	150	200	30	40
итого		200	260	209	254,8
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
итого		400	450	302,2	359,5
итого за день		1993	2068	1526,79	1867,49