

Утверждаю: вр.и.о. заведующий Кулева О.В.  
 МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

**МЕНЮ на 20 АВГУСТА 2024г**



прием пищи	наименование блюда	выход блюда				энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с	я	с
завтрак	омлет с маслом слив	130	130	197,42	219,6		
	какао на молоке	150	200	103	123,4		
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4		
	сыр российский	17	17	61,6	72		
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96		
<b>итого</b>		<b>332</b>	<b>395</b>	<b>462,92</b>	<b>558,36</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	огурец свежий	18	18	22,7	31,9		
	рассольник с курицей и сметаной	200	220	158,7	160		
	азу из курицы	75	85	198,8	228,4		
	пюре картофельное	130	150	162	243		
	компот из сухофруктов	150	180	84,75	113		
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4		
<b>итого</b>		<b>583</b>	<b>703</b>	<b>701,67</b>	<b>869,7</b>		
полдник	вафли	30	30	106	106		
	йогурт	125	125	79	79		
<b>итого</b>		<b>155</b>	<b>155</b>	<b>185</b>	<b>185</b>		
ужин	пюре гороховое с м.сл.	180	210	211,8	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>317,6</b>	<b>359,5</b>		
<b>итого за день</b>		<b>1570</b>	<b>1813</b>	<b>1714.19</b>	<b>2024.36</b>		