

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 10 ДЕКАБРЯ 2024г



прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	омлет с маслом слив	130	130	197,42	219,6
	какао на молоке	150	200	89	118,67
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	сыр российский	15	22	54	72
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
итого		330	400	441,32	553,63
2-й завтрак	банан	100	110	89	97,9
итого		100	110	89	97,9
обед	Рассольник с курицей и сметаной	150	200	62	83,2
	гуляш из отварного мяса	70	85	109	130
	греча с маслом слив	100	150	162	243
	огурец свежий	30	40	3,19	4,25
	компот курага с лимоном	150	180	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
итого		540	705	495,66	666,85
полдник	кекс	40	50	170,8	213,5
	йогурт	125	125	89	89
итого		165	175	259,8	302,5
ужин	пюре гороховое с м.слив	180	210	19,64	229,1
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		400	450	125,44	359,5
итого за день		1535	1840	1411,22	1980,38