

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 10 ЯНВАРЯ 2024г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша рисовая с маслом	160	200	227	307
	какао на молоке	150	200	89	118,67
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	10	37,4	74,75
Итого		345	450	421,2	590,82
обед	салат из свежей капусты	25	30	24	29
	щи из свежей капусты на м/к б	150	200	165	213
	жаркое по-домашнему с мясом	150	180	233	265
	компот из сухофруктов	150	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
Итого		515	660	581,47	713,4
полдник	булочка с повидлом	40	50	153,2	191,5
	чай сладкий	180	200	36	40
Итого		220	250	189,2	231,5
ужин	вермишель в молоке с маслом слив	180	220	129,6	158,4
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
Итого		400	460	235,4	288,8
Итого за день		1480	1820	1427,27	1824,52