

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 09 ОКТЯБРЯ 2025



прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша пшенная молочная	150	200	159	221
	какао на молоке	150	200	89	118,67
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
ИТОГО		335	448	348,9	483,03
2-й завтрак	банан	100	110	89	97,9
ИТОГО		100	110	89	97,9
обед	суп картофельный с фасолью и курицей	180	200	92,82	126
	рыба тушеная с овощами	60	70	61	70
	рис отварной	115	150	128,8	168
	помидор свежий	20	25	8	10
	лимонный напиток	150	200	68,99	91,99
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
ИТОГО полд ник		565	695	434,33	559,39
	вафли	40	50	192	240
	кисель из варенья	160	200	67,05	89,4
ИТОГО		200	250	259,05	329,4
ужин	рагу овощное с маслом слив	180	200	181	210
	чай сладкий	190	210	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
ИТОГО		400	450	284,8	340,4
итого за день		1600	1953	1416,08	1810,12