

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 10 ОКТЯБРЯ 2025

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша рисовая с маслом	150	200	227	307
	кофейный напиток на молоке	160	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	10	37,4	74,75
итого		345	450	402,2	565,15
2-й завтрак	сок	150	180	76	88,8
итого		150	180	76	88,8
обед	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	150	200	102,67	125,3
	голубцы ленивые в томат. соусе из кури	150	200	187	219
	салат из свежих овощей	20	25	15	20
	компот из свежих плодов	150	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
итого		510	675	464,14	570,7
полдн ик	ватрушка с творогом	60	80	173	230
	чай сладкий	190	200	36	40
итого		250	280	209	270
ужин	вермишель в молоке с маслом слив	180	210	146	188
	чай сладкий	190	200	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		400	450	249,8	318,4
итого за день		1655	2035	1401,14	1813,05