

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

# **МЕНЮ на 16 ОКТЯБРЯ 2025**



| прием пищи           | наименование блюда                   | выход блюда |             | энергетическая ценность (ккал) |                |
|----------------------|--------------------------------------|-------------|-------------|--------------------------------|----------------|
|                      |                                      | я           | с           | я                              | с              |
| завтрак              | каша дружба с маслом                 | 160         | 220         | 202,8                          | 234,3          |
|                      | кофейный напиток на молоке           | 150         | 200         | 70                             | 93             |
|                      | хлеб пшеничный                       | 30          | 40          | 67,8                           | 90,4           |
|                      | масло сливочное                      | 5           | 8           | 33,1                           | 52,96          |
| <b>итого</b>         |                                      | <b>345</b>  | <b>468</b>  | <b>373,7</b>                   | <b>470,66</b>  |
| 2-й завтрак          | сок                                  | 150         | 200         | 74                             | 98,67          |
| <b>итого</b>         |                                      | <b>150</b>  | <b>200</b>  | <b>74</b>                      | <b>98,67</b>   |
| обед                 | суп картофельный с фасолью и курицей | 150         | 200         | 132                            | 164            |
|                      | котлеты рыбные                       | 60          | 70          | 74                             | 94             |
|                      | рис отварной                         | 100         | 150         | 92                             | 138            |
|                      | помидор свежий                       | 20          | 20          | 12                             | 12             |
|                      | лимонный напиток                     | 150         | 200         | 68,99                          | 91,99          |
|                      | хлеб ржаной                          | 40          | 50          | 74,72                          | 93,4           |
| <b>итого</b>         |                                      | <b>520</b>  | <b>690</b>  | <b>453,71</b>                  | <b>593,39</b>  |
| полдник              | вафли                                | 40          | 50          | 192                            | 240            |
|                      | кисель из варенья                    | 160         | 200         | 67,05                          | 89,4           |
| <b>итого</b>         |                                      | <b>200</b>  | <b>250</b>  | <b>259,05</b>                  | <b>329,4</b>   |
|                      | лапшевник с творогом                 | 180         | 200         | 187                            | 211            |
|                      | чай сладкий                          | 190         | 210         | 36                             | 40             |
|                      | хлеб пшеничный                       | 30          | 40          | 67,8                           | 90,4           |
| <b>итого</b>         |                                      | <b>400</b>  | <b>450</b>  | <b>290,8</b>                   | <b>341,4</b>   |
| <b>итого за день</b> |                                      | <b>1615</b> | <b>2058</b> | <b>1451,26</b>                 | <b>1833,52</b> |