

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

# **МЕНЮ на 01 ДЕКАБРЯ 2025**



| прием<br>пищи        | наименование блюда                | выход блюда |             | энергетическая<br>ценность (ккал) |                |
|----------------------|-----------------------------------|-------------|-------------|-----------------------------------|----------------|
|                      |                                   | я           | с           | я                                 | с              |
| завтрак              | каша геркулесовая с<br>маслом     | 150         | 200         | 149                               | 187            |
|                      | какао на молоке                   | 150         | 200         | 89                                | 118,67         |
|                      | хлеб пшеничный                    | 30          | 40          | 67,8                              | 90,4           |
|                      | масло сливочное                   | 5           | 8           | 33,1                              | 52,96          |
| <b>ИТОГО</b>         |                                   | <b>335</b>  | <b>448</b>  | <b>338,9</b>                      | <b>449,03</b>  |
| 2-й<br>завтрак       | сок                               | 150         | 180         | 74                                | 88,8           |
| <b>ИТОГО</b>         |                                   | <b>150</b>  | <b>180</b>  | <b>74</b>                         | <b>88,8</b>    |
| обед                 | куриный бульон с<br>гренками      | 150         | 200         | 6                                 | 8              |
|                      | хлеб пшеничный                    | 20          | 20          | 48,7                              | 48,7           |
|                      | плов с курицей                    | 180         | 200         | 264                               | 359            |
|                      | икра кабачковая                   | 30          | 40          | 9                                 | 12             |
|                      | компот из сухофруктов             | 160         | 180         | 84,75                             | 113            |
|                      | хлеб ржаной                       | 40          | 50          | 74,72                             | 93,4           |
| <b>ИТОГО</b>         |                                   | <b>580</b>  | <b>690</b>  | <b>487,17</b>                     | <b>634,1</b>   |
| полд<br>ник          | печенье                           | 40          | 50          | 170,8                             | 213,5          |
|                      | молоко                            | 160         | 200         | 96                                | 120            |
| <b>ИТОГО</b>         |                                   | <b>200</b>  | <b>250</b>  | <b>266,8</b>                      | <b>333,5</b>   |
| ужин                 | капуста тушеная со<br>слив.маслом | 180         | 210         | 144                               | 165,9          |
|                      | чай сладкий                       | 190         | 200         | 36                                | 40             |
|                      | хлеб пшеничный                    | 30          | 40          | 67,8                              | 90,4           |
| <b>ИТОГО</b>         |                                   | <b>400</b>  | <b>450</b>  | <b>247,8</b>                      | <b>296,3</b>   |
| <b>ИТОГО за день</b> |                                   | <b>1665</b> | <b>2018</b> | <b>1414,67</b>                    | <b>1801,73</b> |