

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 12 ЯНВАРЯ 2026

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша геркулесовая с 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
итого		335	448	338,9	449,03
2-й завтрак	сок	150	180	74	88,8
итого		150	180	74	88,8
обед	суп с рыбными консервами	150	200	62,8	83,76
	суфле из печени с рисом	150	180	201	269
	кукуруза консерв	40	50	36	45
	компот из сухофруктов	160	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
итого		540	680	459,27	604,16
полд ник	печенье	40	50	170,8	213,5
	молоко	160	200	96	120
итого		200	250	266,8	333,5
ужин	пюре гороховое с м.слив	180	210	196,37	229,1
	чай сладкий	190	200	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		400	450	300,17	359,5
итого за день		1625	2008	1439,14	1834,99