

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Хулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

# **МЕНЮ на 29 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                 | суп вермишелевый              | 150         | 200         | 62,8                              | 83,76          |
|                      | шукрут с курицей              | 150         | 200         | 201                               | 269            |
|                      | салат из свежих овощей        | 20          | 20          | 14                                | 14             |
|                      | компот из сухофруктов         | 160         | 200         | 84,75                             | 113            |
|                      | хлеб ржаной                   | 40          | 50          | 74,72                             | 93,4           |
| <b>ИТОГО</b>         |                               | <b>520</b>  | <b>670</b>  | <b>437,27</b>                     | <b>573,16</b>  |
| полд<br>ник          | печенье                       | 40          | 50          | 170,8                             | 213,5          |
|                      | чай сладкий                   | 160         | 200         | 36                                | 40             |
| <b>ИТОГО</b>         |                               | <b>200</b>  | <b>250</b>  | <b>206,8</b>                      | <b>253,5</b>   |
| 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           |
| <b>ИТОГО</b>         |                               | <b>400</b>  | <b>450</b>  | <b>300,17</b>                     | <b>359,5</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                               | <b>1605</b> | <b>1998</b> | <b>1357,14</b>                    | <b>1723,99</b> |