

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 13 ЯНВАРЯ 2026

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша пшенная молочная	150	200	159	200
	кофейный напиток на молоке	180	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	сыр российский	15	22	54	72
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
ИТОГО		380	470	383,9	508,36
2-й завтрак	сок	150	180	74	88,8
ИТОГО		150	180	74	88,8
обед	суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	200	81	108
	гуляш из кур	60	70	180	210
	макароны отварные с маслом слив	100	150	112	168
	помидор свежий	20	20	9	9
	компот из кураги	160	180	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
ИТОГО		530	670	541,47	701,4
	вафли	40	50	192	240
	ряженка	160	200	76	101,3
ИТОГО		200	250	268	341,3
ужин	капуста тушеная со слив.маслом	180	210	144	165,9
	чай сладкий	190	200	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
ИТОГО		400	450	247,8	296,3
ИТОГО за день		1660	2020	1515,17	1936,16