

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 06 МАРТА 2026

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша рисовая с маслом	150	200	227	307
	кофейный напиток на молоке	160	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	8	37,4	74,75
ИТОГО		345	448	402,2	565,15
2-й завтрак	сок	150	180	76	88,8
ИТОГО		150	180	76	88,8
обед	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	180	200	102,67	125,3
	голубцы ленивые томатном соусе из курицы	180	200	164	219
	компот из свежих плодов	180	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
ИТОГО		580	650	426,14	550,7
полдн ик	пирожок с творогом	60	80	190	253
	чай сладкий	160	200	36	40
ИТОГО		220	280	226	293
ужин	вермишель в молоке	180	200	146	184
	чай сладкий	190	200	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
ИТОГО		400	440	249,8	314,4
итого за день		1695	1998	1380,14	1812,05