

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 11 МАРТА 2026

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	запеканка из творога	130	180	320,67	421,6
	соус сметанный	30	30	22,2	22,2
	какао на молоке	160	200	94,93	118,67
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
итого		355	458	538,7	705,83
2-й завтрак	груши	100	110	47	51,7
итого		100	110	47	51,7
обед	свекольник на мясном б-не со сметаной	150	200	62,49	83,3
	азу из отварной курицы	70	85	109	130
	макароны отварные с маслом слив	100	150	112	168
	компот из сухофруктов	160	180	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
итого		520	665	442,96	587,7
полдник	зефир	40	50	192	240
	чай сладкий	160	200	38	40
итого		200	250	230	280
ужин	каша пшеничная мол.с маслом слив	180	210	183,6	202,65
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		400	450	289,4	333,05
итого за день		1575	1933	1548,06	1958,28