

Утверждаю: вр.и.о. заведующий

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 26 ИЮНЯ 2026энергетическая
ценность (ккал)

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	200	76	88,8
ИТОГО		150	200	76	88,8
обед	салат из свежих овощей	20	25	12	15
	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	150	200	102,67	125,3
	голубцы ленивые в томат. соусе из курицы	150	180	212	255
	компот из свежих плодов	160	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
ИТОГО		520	655	486,14	601,7
ПОЛДН ИК	булочка творожная	50	60	97	116,4
	чай сладкий	160	200	36	40
ИТОГО		210	260	133	156,4
ужин	яйцо вареное	40	40	61,00	61,00
	макаронные отварные с маслом слив	115	150	172	204
	чай сладкий	190	200	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
ИТОГО		375	430	336,8	395,4
Итого за день		1600	1993	1434,14	1807,45