

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»**

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детского сада
№ 129 г. Пензы «Подсолнушек»

В.З.Кочеткова



Ежедневное меню основного питания
на «01» Апреля 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	161,55	215,4
	Булка	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	8	52,36	59,84
	Кофейный напиток с молоком	150	200	70,00	93,34
Итого за завтрак		337	448	362,51	473,38
Второй завтрак	09.00 Яблоко	118	-	55,46	-
	09.30 Яблоко	-	125	-	58,75
Обед	Борщ с капустой и картофелем на к/бульоне	150	200	57	76
	Макаронник с мясом	126	126	353,57	353,57
	Хлеб	20	40	36,2	72,4
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	82,5	99
Итого за обед		446	546	529,27	600,97
	Омлет натуральный	65	80	110	137
	Булка	20	30	52,4	78,6
	Чай с сахаром	150	200	45,00	60,00
Итого за полдник		235	310	207,40	275,6
Итого за день		1136	1429	1154,64	1408,7
Цена		121-81	138-14		
Рекомендованный ужин					
1	Сырники творожные				
2	Какао с молоком				
3	Булка				