

**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 «02» июня 2025 года.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак	Каша «Дружба»	150	200	196,91	238,68
	Булка	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	8	52,36	59,84
	Чай с сахаром	150	200	45	60
Итого за завтрак		337	448	372,87	463,32
Второй завтрак	09.00 Сок Яблочный	100	-	46	-
	09.30 Сок Яблочный	-	101	-	46,46
Обед	Суп крестьянский с крупой на к/бульоне	150	200	59,55	90
	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100	-	180	-
	Котлета	-	87	-	257,40
	Макаронные изделия отварные	-	100	-	96,6
	Соус томатный с овощами	-	35	-	25,06
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	82,5	110
	Хлеб	20	40	36,2	72,4
Итого за обед		420	662	358,25	651,46
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	60	161,67	194
	Чай с сахаром	150	200	45	60
Итого за полдник		200	260	206,67	254
Итого за день		1057	1471	983,79	1415,24
Цена		100-46	118-84		
Рекомендованный ужин					
1	Омлет				
2	Какао с молоком				
3	Булка				