

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 «15» января 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	150	200	196,91	238,68
	Булка	30	40	78,6	104,8
	Масло сливочное	7	8	52,36	59,84
	Какао с молоком	150	200	108	144
Итого за завтрак		337	448	435,87	547,32
Второй завтрак	09.00 Сок Яблочный	100	-	46	-
	09.30 Сок Яблочный	-	104	-	47,84
Обед	Свекольник	150	200	58,2	77,6
	Сметана	6	7	9,72	11,34
	Рулет из говядины с яйцом	105	120	199,5	228
	Хлеб	40	50	72,4	90,5
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	82,5	110
Итого за обед		451	577	422,32	517,44
	Фрикадельки рыбные	70	87	78,47	97,52
	Пюре картофельное	100	100	92	92
	Соус томатный с овощами	25	35	17,9	25,06
	Булка	20	30	52,4	78,6
	Кисель из концентрата пл/ягодного	150	180	91,5	109,8
Итого за полдник		365	432	373,07	454,17
Итого за день		1253	1566	1277,26	1566,77
Цена		129-25	155-57		
1	Вареники ленивые				
2	Кофейный напиток с молоком				