

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 «23» января 2025 года

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150	200	212,7	283,6
	Чай с сахаром	150	200	45,00	60,00
	Масло сливочное	7	8	52,36	59,84
	Булка	30	40	78,6	104,8
Итого за завтрак		337	448	388,66	508,24
Второй завтрак	09.00 Сок Яблочный	95	-	43,7	-
	09.30 Сок Яблочный	-	97	-	44,62
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	150	200	66,75	89
	Голубцы ленивые	130	152	162,5	190
	Соус томатный	20	25	12,12	15,15
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	82,5	110
	Хлеб	20	40	36,2	72,4
	Итого за обед		470	617	362
Полдник	Сырники творожные с морковью	80	97	169,6	207,76
	Булка	20	30	52,4	78,6
	Кофейный напиток с молоком	150	200	70,00	93,34
Итого за полдник		250	327	292,00	379,70
Итого за день		1152	1489	1086,36	1409,11
Цена		124-09	143-23		
Рекомендованный ужин					
1	Омлет натуральный				
2	Чай с сахаром				
3	Булка				