

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» апреля 2025 года

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак	Каша ячневая вязкая	150	200	203,4	271,2
	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	442,36	579,84
Второй завтрак	09.00 Сок яблочный	100	-	46	-
	09.30 Сок яблочный	-	102	-	46,92
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	20	40	36,2	72,4
	Компот из сухофруктов	150	200	82,5	110
Итого за обед		431	567	386,12	499,34
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	60	98,33	118
	Кисель из концентрата пл/ягодного	150	180	91,5	109,8
Итого за полдник		200	240	189,83	227,8
Итого за день		1068	1357	1064,31	1353,9
Цена		121-79	130-26		
1	Вареники ленивые				
2	Кофейный напиток с молоком				