

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» декабря 2024 года

Прием пищи	Наименование блюд	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
	Какао с молоком	150	200	108	144
Итого за завтрак		337	448	435,87	547,32
Второй завтрак	09.00 Сок Яблочный	95	-	43,7	-
	09.30 Сок Яблочный	-	97	-	44,62
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
	Каша гречневая рассыпчатая	-	120	-	216,40
	Соус томатный с овощами	-	35	-	25,06
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	82,5	99
	Хлеб	40	40	72,4	72,4
Итого за обед		440	662	394,45	760,26
Полдник	Пудинг из творога с рисом	80	100	206,40	258,00
	Молоко кипяченое	150	200	50,48	75
	Булка	20	30	52,4	78,6
Итого за полдник		250	330	309,28	411,6
Итого за день		1122	1537	1183,3	1763,8
Цена		126-46	150-30		
Рекомендованный ужин					
1	Омлет				
2	Какао с молоком				
3	Булка				