

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 129 города Пензы «Подсолнушек»

УТВЕРЖАЮ:
Заведующий МБДОУ детского сада
№ 129 г. Пензы «Подсолнушек»
В.З.Кочеткова

Ежедневное меню основного питания

на «30» сентября 2024 года

Принем пищи	Наименование блюд	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		Если Сал	Если Ясли		
Завтрак	Каша «Дружба»	150	200	226,2	
	Булка	30	40	104,8	
	Масло сливочное	7	8	59,84	
	Какао с молоком	150	200	144	
Итого за завтрак		337	448	534,84	
Второй завтрак	09.00 Сок Яблочный	96	-	44,16	
	09.30 Сок Яблочный	-	96	44,16	
Обед	Суп крестьянский с крупой на к/бульоне	150	200	59,55	
	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100	-	180	
	Котлета	-	87	-	
	Свежая, тушеная в сметане	-	100	-	
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	82,5	
	Хлеб	40	40	72,4	
	Итого за обед	440	607	394,45	
	Итого за обед			623,30	
	Подник	Пудинг из творога с рисом	80	100	258,00
		Кисломолочный напиток «Снежок»	130	150	65,00
Булка		20	30	52,4	
Итого за подник			411,60		
Итого за день		1103	1431	1171,02	
Итого за день				1613,90	
Рекомендованный ужин					
1	Омлет				
2	Какао с молоком				
3	Булка				