



Утверждаю
Заведующего МБДОУ № 264
Д.А. Медведева
13 января 2025 г.

МЕНЮ

на «14» января 2025 г.

Наименование блюда	Выход (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Омлет запеченный с сыром	130	150	180	207,69
Зеленый горошек	30	50	12	20
Чай с молоком	185	200	26,26	29,17
Хлеб пшеничный	20	30	47	70,5
	Итого:		265,26	327,36
Второй завтрак				
Фрукт свежий/яблоко	100	150	70,5	70,5
Обед				
Закуска порционная консервированные овощи (огурец, помидор)	30	50	3,9	6,5
Суп картофельный с фасолью с говядиной	150/10	200/10	114,5	142
Жаркое по-домашнему	150	190	230,6	292,093
Компот из консервированных плодов	150	180	78	93,6
Хлеб пшеничный	20	28	47	65,8
Хлеб ржаной	20	30	40	60
	Итого:		514	659,993
Полдник				
Кондитерское изделие (печенье, вафли)	30	40	118	157,33
Молоко 3,2%	180	200	102	126
	Итого:		220	283,33
Ужин				
Салат из соленых огурцов с луком	35	50	23,1	33
Печень по-строгановски	50	70	86,4	120,96
Каша гречневая рассыпчатая	110	130	150,88	178,31
Хлеб ржаной	15	20	30	40
Хлеб пшеничный	10	20	23,5	47
Чай с сахаром	180	200	29,34	29,34
	Итого:		343,22	448,61
	Всего:		1412,98	1789,793