



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 264
Д.А. Медведева
« 28 » января 2025 г.

МЕНЮ

на « 29 » января 2025 г.

Наименование блюда	Выход (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп молочный с макаронными изделиями	140	160	102,39	117,02
Бутерброд с маслом	20/5	30/10	107	170,3
Напиток кофейный с молоком	180	200	80,18	86,68
	Итого:		289,57	374
Второй завтрак				
Сок фруктовый/яблоко	150	180	69	92
Обед				
Салат из кальмара с яйцом, кукурузой и луком	30	50	40	66,6667
Свекольник с курицей со сметаной	150/10/10	200/10/10	83,3	96
Макаронные изделия отварные	110	130	137,5	162,5
Гуляш из говядины	50	70	96,4072	134,97
Кисель из свежих ягод	150	180	45,47	54,56
Хлеб пшеничный	20	30	47	70,5
Хлеб ржаной	20	30	40	60
	Итого:		489,6772	645,1967
Полдник				
Сушка на сметане	50	60	141	169,2
Напиток кисломолочный/снежок	180	200	79,5	-
	Итого:		220,5	169,2
Ужин				
Салат из свеклы или моркови с чесноком	30	50	24,1	40,17
Филе куриное запеченное	50	70	75,5	105,7
Капуста тушеная	110	130	93,64	110,67
Хлеб ржаной	20	30	40	60
Хлеб пшеничный	20	20	47	47
Напиток лимонный	165	180	80,4	80,4
	Итого:		360,64	443,94
	Всего:		1429,3872	1724,3367