



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 264
Д.А. Медведева

« 30 » января 2025г.

МЕНЮ

на « 31 » января 2025 г.

Наименование блюда	Выход (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша «Рябчик» молочная с маслом сливочным	140/5	160/5	114	130,286
Бутерброд с маслом	20/5	30/10	107	170,3
Какао с молоком	180	200	71,36	79,29
	Итого:		292,36	379,876
Второй завтрак				
Сок фруктовый/зеленое яблоко	150	180	69	92
Обед				
Закуска порционная консервированные овощи (огурец, помидор)	30	50	3,9	6,5
Суп-лапша домашняя	150/10	200/10	87	107
Биточки из говядины	50	70	103,01	144,21
Соус сметанный с томатом и луком	15	25	12,9	21,49
Перловка отварная	110	130	126,3	149,26
Компот из свежих фруктов/Витаминный напиток «Витошка»	150	180	50,6	67,5
Хлеб пшеничный	20	30	47	70,5
Хлеб ржаной	20	30	40	60
	Итого:		470,71	626,46
Полдник				
Булочка дорожная	50	60	142	170,4
Кисломолочный напиток 2,5%/кефир	180	200	79,5	100,7
	Итого:		149,5	271,1
Ужин				
Сырники из творога	140	160	301	403
Чай с сахаром	180	200	26,08	29,34
Фрукты свежие/яблоки	100	150	38	38
	Итого:		365,08	470,34
	Всего:		1346,65	1839,776