

На 29 январь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

<b>Сад</b>		
	<b>ВЫХОД</b>	<b>ккал</b>
<b>Завтрак</b>		<b>444.68</b>
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	106.25
Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
Икра кабачковая (промышленного производст	60	58.80
Хлеб пшеничный йодированный	40	81.68
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		<b>681.94</b>
Суп крестьянский с крупой	200	114.39
Гуляш из отварного мяса	80	209.21
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Икра свекольная	60	53.52
Хлеб ржаной	50	109.51
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
<b>Полдник</b>		<b>263.51</b>
Пряник	50	181.00
Кисломолочный напиток (кефир)	200	82.51
<b>Ужин</b>		<b>472.47</b>
Каша рисовая молочная жидкая	200	211.62
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		<b>1914.60</b>

На 29 январь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

<b>Ясли</b>		
	<b>ВЫХОД</b>	<b>ккал</b>
<b>Завтрак</b>		<b>344.91</b>
Рыба, тушенная в томате с овощами	60	80.38
Каша пшеничная рассыпчатая	100	90.84
Икра кабачковая (промышленного производст	40	39.20
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		<b>546.28</b>
Суп крестьянский с крупой	150	89.44
Гуляш из отварного мяса	60	160.44
Картофель отварной с маслом	110	114.62
Икра свекольная	40	36.24
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
<b>Полдник</b>		<b>211.63</b>
Пряник	40	144.80
Кисломолочный напиток (кефир)	180	66.83
<b>Ужин</b>		<b>372.36</b>
Каша рисовая молочная жидкая	150	145.65
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		<b>1527.18</b>

На 29 январь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Сад		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>451.52</b>
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	110.82
Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
Икра кабачковая (промышленного производст	60	58.80
Хлеб пшеничный йодированный	40	83.95
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		<b>693.23</b>
Суп крестьянский с крупой	200	112.45
Гуляш из отварного мяса	80	229.92
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Икра свекольная	60	53.52
Хлеб ржаной	50	102.03
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
<b>Полдник</b>		<b>261.54</b>
Пряник	50	181.00
Кисломолочный напиток (кефир)	200	80.54
<b>Ужин</b>		<b>472.93</b>
Каша рисовая молочная жидкая	200	212.08
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		<b>1931.22</b>