

На 12 январь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		459.16
Омлет натуральный	120	197.95
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	58.80
Хлеб пшеничный йодированный	40	89.83
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.15
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		75.27
Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	75.27
Обед		833.09
Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
Птица тушеная	80	296.67
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Овощи отварные (морковь)	60	40.05
Хлеб ржаной	50	112.92
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		326.31
Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	248.44
Кисломолочный напиток (кефир)	180	77.87
Ужин		453.63
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211.23
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Молоко кипяченое	180	93.60
		2147.46

На 12 январь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Ясли		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		373.82
Омлет натуральный	100	167.46
Икра кабачковая (промышленного производства)	40	39.20
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		69.00
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
Обед		666.28
Суп картофельный с бобовыми	150	105.74
Птица тушеная	60	238.88
Макаронные изделия отварные	110	152.42
Овощи отварные (морковь)	40	23.70
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
Полдник		288.53
Сдоба обыкновенная (плюшка)	60	215.09
Кисломолочный напиток (кефир)	150	73.44
Ужин		349.81
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	149.81
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Молоко кипяченое	150	78.00
		1747.44

На 12 январь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		464.94
Омлет натуральный	120	197.95
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	58.80
Хлеб пшеничный йодированный	40	95.57
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		73.83
Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	73.83
Обед		839.39
Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
Птица тушеная	80	311.35
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Овощи отварные (морковь)	60	40.05
Хлеб ржаной	50	104.54
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		323.77
Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	247.61
Кисломолочный напиток (кефир)	180	76.16
Ужин		453.63
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211.23
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Молоко кипяченое	180	93.60
		2155.56