

На 20 октябрь 2025г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		426.71
Омлет натуральный	120	197.95
Овощи свежие (порциями) огурец	60	8.84
Хлеб пшеничный йодированный	40	107.30
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		82.92
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.92
Обед		819.13
Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
Птица отварная (с соусом сметанным с т	80	316.49
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Овощи свежие (порциями) помидор	60	10.61
Хлеб ржаной	50	111.42
Компот из сушеных фруктов	180	54.97
Полдник		366.67
Булочка дорожная	70	274.73
Кисломолочный напиток (кефир)	180	91.94
Ужин		380.83
Рагу из овощей	150	144.82
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		2076.26

На 20 октябрь 2025г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Ясли		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		340.62
Омлет натуральный	100	167.46
Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
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		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		659.17
Суп картофельный с бобовыми	150	105.74
Птица отварная (с соусом сметанным с т	60	251.11
Макаронные изделия отварные	110	152.42
Овощи свежие (порциями) помидор	40	7.20
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	45.90
Полдник		321.40
Булочка дорожная	60	241.90
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		311.27
Рагу из овощей	130	112.00
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		1715.26

На 20 октябрь 2025г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 292

Сазонова Н. В.

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
		420.06
Омлет натуральный	120	197.95
Овощи свежие (порциями) огурец	60	8.82
Хлеб пшеничный йодированный	40	100.67
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		817.17
Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
Птица отварная (с соусом сметанным с т	80	307.40
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Овощи свежие (порциями) помидор	60	10.58
Хлеб ржаной	50	118.58
Компот из сушеных фруктов	180	54.97
Полдник		367.33
Булочка дорожная	70	274.81
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.52
Ужин		379.16
Рагу из овощей	149	143.15
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		2066.52