

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 145 города Пензы "Радуга"**

10 октября 2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ детский сад №145
г. Пензы "Радуга"

С.Ю.Кузьмина

9 октября 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1,5-3 лет	Выход блюда 3-7 лет	Энергетическая ценность	
				1,5-3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150	150	212.	212
	Какао с молоком	150	180	74	89
	Хлеб белый	30	40	54	71
	Масло сливочное	6	7	45	52
Итого за Завтрак		336	377	385	424
Завтрак 2	Сок	200	140	86	60
Итого за Завтрак 2		200	140	86	60
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	30	30	33	33
	Суп-лапша домашняя	150	180	80	96
	Биточки из кур	60	70	113	132
	Пюре картофельное	110	130	111	132
	Хлеб ржаной	40	50	56	70
	Компот из сухофруктов	150	180	83	99
Итого за Обед		540	640	476	562
Полдник	Ватрушка с творогом	70	70	120	120
	Чай с сахаром	150	180	28	34
Итого за Полдник		220	250	148	154
Итого за день		1 296	1 407	1 095	1 200
Стоимость дня		126,66		139,03	