**Меню**
основного питания
МБДОУ №22
на 07.11.2024 года

**Утверждаю**
Заведующий МБДОУ
Е.В. Хазяенка

**Возрастная категория: от 2-3 лет, 3 - 7 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов**

| | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | от 2х от 3х | до 3х до 7 лет | | |
| Прием пищи | Суп молочный «Дружба» | 150 | 180 | 131,5 | 168,02 |
| | Батон нарезной | 20 | 30 | 47 | 71,6 |
| | Масло сливочное | 5 | 5 | 39,66 | 39,66 |
| | Какао с молоком | 180 | 200 | 136 | 166,92 |
| ИТОГО | | 355 | 415 | 354,16 | 446,2 |
| 2й завтрак | Сок фруктовый | 100 | 100 | 47 | 47 |
| ИТОГО | | 100 | 100 | 47 | 47 |
| Обед | Свекольник со сметаной | 150 | 180 | 65,53 | 107,8 |
| | Рагу овощное с мясом | 180 | 220 | 115,66 | 134,96 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 94 | 141 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 102,41 | 113,63 |
| ИТОГО | | 550 | 650 | 377,6 | 497,39 |
| полдник | Кефир | 180 | 200 | 101,26 | 112,52 |
| | Печенье овсяное | 40 | 50 | 89,32 | 127,9 |
| ИТОГО | | 220 | 250 | 190,58 | 240,42 |
| | Омлет | 150 | 180 | 136 | 166,92 |
| | Икра кабачковая | 40 | 50 | 42,56 | 83,3 |
| | Хлеб | 40 | 50 | 57 | 70,5 |
| | Чай с сахаром | 180 | 200 | 89,98 | 101,6 |
| ИТОГО | | 410 | 480 | 325,54 | 422,32 |

| ИТОГО за день | Б | Ж | У | Ккал | Выход,г |
|---|---|---|---|---|---|
| От 1,5х-3х лет | 33,14 | 41,62 | 229,33 | 1294,88 | 1635 |
| От 3х-до 7 лет | 38,89 | 54,77 | 278,45 | 1653,33 | 1895 |