

**Меню**

основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 19.09.2024 года

**Утверждаю**

Заведующий МБДОУ  
Г.В. Хозяенко

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 геркулесовый	140	180	95,73	101,3
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с лимоном	180	200	89,98	101,87
<b>ИТОГО</b>		<b>345</b>	<b>415</b>	<b>272,37</b>	<b>314,43</b>
2й завтрак	Банан	100	100	93,6	93,6
<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>93,6</b>	<b>93,6</b>
Обед	Суп с фасолью	150	180	71,12	79,03
	Плов с говядиной	180	230	117,38	138,74
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
<b>ИТОГО</b>		<b>550</b>	<b>660</b>	<b>384,91</b>	<b>472,4</b>
полдник	Кефир	160	180	101,26	112,52
	Хлеб с повидлом	40	50	89,32	127,9
<b>ИТОГО</b>		<b>200</b>	<b>230</b>	<b>190,58</b>	<b>240,42</b>
	Омлет	150	180	136	166,92
	Икра кабачковая	40	50	45,24	63,02
	Хлеб	40	50	57	70,5
	Какао с молоком	180	200	91	101
<b>ИТОГО</b>		<b>410</b>	<b>480</b>	<b>329,24</b>	<b>401,44</b>
<b>ИТОГО за день</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Ккал</b>	<b>Выход,г</b>
<b>От 1,5х-3х лет</b>	<b>44,37</b>	<b>53,03</b>	<b>203,86</b>	<b>1270,7</b>	<b>1605</b>
<b>От 3х-до 7 лет</b>	<b>52,89</b>	<b>71,5</b>	<b>266,98</b>	<b>1522,29</b>	<b>1885</b>