

Меню  
основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 21.10.2024 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	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8
	Каша геркулес вязкая	130	150	76,08	112,07
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	51,62	55,45
<b>ИТОГО</b>		<b>375</b>	<b>425</b>	<b>277,16</b>	<b>341,58</b>
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>47</b>	<b>47</b>
Обед	Рассольник со сметаной	180	200	71,12	91,34
	Рыба тушеная с овощами	60	70	95,68	127,3
	Каша гречневая	110	130	92,71	144,52
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
<b>ИТОГО</b>		<b>570</b>	<b>650</b>	<b>455,92</b>	<b>617,79</b>
полдник	Молоко	180	200	166,13	175,63
	Оладьи с сахаром	40	50	88,55	126,5
<b>ИТОГО</b>		<b>220</b>	<b>250</b>	<b>254,68</b>	<b>302,13</b>
	Суп молочный с макаронными изд.	180	200	202,3	240,1
	Хлеб рж.	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	91	101
<b>ИТОГО</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>350,3</b>	<b>411,6</b>
<b>ИТОГО за день</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Ккал</b>	<b>Выход,г</b>
От 1,5х-3х лет	37,31	40,28	195,84	1385,06	1665
От 3х-до 7 лет	47,35	52,59	251,12	1720,1	1875