

Меню  
основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 26.09.2024 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<br>блюда     | Вес блюда      |                   | Энергетическая<br>ценность |                |
|----------------------|---------------------------|----------------|-------------------|----------------------------|----------------|
|                      |                           | от 2х<br>от 3х | до 3х<br>до 7 лет |                            |                |
| Прием<br>пищи        | Суп молочный<br>рисовый   | 180            | 200               | 131,5                      | 168,2          |
|                      | Батон нарезной            | 20             | 30                | 47                         | 71,6           |
|                      | Сыр                       | 5              | 5                 | 43,68                      | 43,68          |
|                      | Масло сливочное           | 5              | 5                 | 39,66                      | 39,66          |
|                      | Кофейный нап.             | 180            | 200               | 91                         | 101            |
| <b>ИТОГО</b>         |                           | <b>390</b>     | <b>440</b>        | <b>352,84</b>              | <b>424,14</b>  |
| 2й<br>завтрак        | Сок фруктовый             | 100            | 100               | 47                         | 47             |
| <b>ИТОГО</b>         |                           | <b>100</b>     | <b>100</b>        | <b>47</b>                  | <b>47</b>      |
| Обед                 | Свекольник со<br>сметаной | 150            | 180               | 65,53                      | 107,8          |
|                      | Котлета куриная           | 60             | 70                | 174                        | 212            |
|                      | Каша пшеничная            | 110            | 130               | 92,71                      | 144,52         |
|                      | Хлеб пшеничный            | 40             | 50                | 94                         | 141            |
|                      | Компот из<br>сухофруктов  | 180            | 200               | 102,41                     | 113,63         |
| <b>ИТОГО</b>         |                           | <b>540</b>     | <b>630</b>        | <b>528,65</b>              | <b>718,95</b>  |
| полдник              | Кефир                     | 180            | 200               | 101,26                     | 112,52         |
|                      | Хлеб с повидлом           | 40             | 50                | 89,32                      | 127,9          |
| <b>ИТОГО</b>         |                           | <b>220</b>     | <b>250</b>        | <b>190,58</b>              | <b>240,42</b>  |
|                      | Омлет                     | 150            | 180               | 136                        | 166,92         |
|                      | Хлеб                      | 40             | 50                | 57                         | 70,5           |
|                      | Горошек зеленый           | 40             | 50                | 42,56                      | 83,3           |
|                      | Какао с молоком           | 180            | 200               | 43,77                      | 48,64          |
| <b>ИТОГО</b>         |                           | <b>410</b>     | <b>480</b>        | <b>325,54</b>              | <b>422,59</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       | 33,14                     | 41,62          | 229,33            | 1444,61                    | 1660           |
| От 3х-до 7 лет       | 38,89                     | 54,77          | 278,45            | 1853,1                     | 1900           |