

Утверждаю

основного питания

МБ ДОУ №22

на 03.02.2025 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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8
	Макароны отв.	110	130	202,3	240,1
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с лимоном	180	200	89,98	101,93
ИТОГО		355	405	441,74	516,09
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Рассольник со сметаной	180	200	124,32	141,15
	Рыба тушеная с овощами	70	80	102,2	117
	Каша гречневая	110	130	130,73	142,09
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	660	553,66	654,87
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63
	Булочка	40	50	162,41	185,2
ИТОГО		220	250	328,54	360,83
Ужин	Суп молочный геркулесовый	160	180	134,9	152,7
	Хлеб рж.	40	50	57	70,5
	Кофейный напиток	180	200	91	101
ИТОГО		380	430	282,9	324,2
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		37,31	40,28	195,84	1653,84
От 3х-до 7 лет		47,35	52,59	251,12	1902,99
					1845