

Меню  
основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 04.02.2025 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

|                          | Наименование<br>блюда                  | Вес блюда      |                   | Энергетическая<br>ценность |         |         |
|--------------------------|----------------------------------------|----------------|-------------------|----------------------------|---------|---------|
|                          |                                        | от 2х<br>от 3х | до 3х<br>до 7 лет |                            |         |         |
| Прием<br>пищи<br>Завтрак | Суп молочный<br>рисовый                | 150            | 180               | 131,5                      | 168,02  |         |
|                          | Батон нарезной                         | 20             | 30                | 47                         | 71,6    |         |
|                          | Масло сливочное                        | 5              | 5                 | 39,66                      | 39,66   |         |
|                          | Чай с сахаром                          | 180            | 200               | 89,97                      | 101,93  |         |
|                          | ИТОГО                                  |                | 355               | 415                        | 308,13  | 381,21  |
| 2й<br>завтрак            | Сок фруктовый                          | 100            | 100               | 47                         | 47      |         |
| ИТОГО                    |                                        | 100            | 100               | 47                         | 47      |         |
| Обед                     | Борщ со сметаной                       | 150            | 180               | 121,22                     | 142,47  |         |
|                          | Котлета мясная                         | 60             | 70                | 174                        | 212     |         |
|                          | Каша пшеничная                         | 110            | 130               | 122,71                     | 144,52  |         |
|                          | Хлеб пшеничный                         | 40             | 50                | 94                         | 141     |         |
|                          | Компот из<br>сухофруктов               | 180            | 200               | 102,41                     | 113,63  |         |
| ИТОГО                    |                                        | 540            | 630               | 614,34                     | 753,62  |         |
| полдник                  | Кефир                                  | 180            | 200               | 101,26                     | 112,52  |         |
|                          | Пряник                                 | 40             | 50                | 112,32                     | 154,07  |         |
| ИТОГО                    |                                        | 220            | 250               | 213,58                     | 266,5   |         |
| Ужин                     | Запеканка твор.-<br>манная со сметаной | 150            | 180               | 116,9                      | 237,61  |         |
|                          | Хлеб йодир.                            | 40             | 50                | 57                         | 70,5    |         |
|                          | Чай с сахаром                          | 180            | 200               | 89,97                      | 101,93  |         |
| ИТОГО                    |                                        | 370            | 430               | 263,87                     | 410,04  |         |
| ИТОГО за день            |                                        | Б              | Ж                 | У                          | Ккал    | Выход,г |
| От 1,5х-3х лет           |                                        | 44,75          | 49,41             | 206,53                     | 1446,92 | 1585    |
| От 3х-до 7 лет           |                                        | 56,88          | 62,6              | 264,76                     | 1858,37 | 1725    |