

Меню  
основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 04.03.2025 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<br>пищи  | Наименование<br>блюда        | Вес блюда      |                   | Энергетическая<br>ценность |         |
|----------------|------------------------------|----------------|-------------------|----------------------------|---------|
|                |                              | от 2х<br>от 3х | до 3х<br>до 7 лет |                            |         |
| Завтрак        | Суп молочный<br>«Дружба»     | 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               | 308,19                     | 381,21  |
| 2й<br>завтрак  | Яблоко                       | 100            | 100               | 47                         | 47      |
| ИТОГО          |                              | 100            | 100               | 47                         | 47      |
| Обед           | Борщ со сметаной             | 150            | 180               | 121,22                     | 142,47  |
|                | Гуляш из говядины            | 50             | 70                | 118,52                     | 132,94  |
|                | Каша гречневая               | 110            | 130               | 134,29                     | 145,96  |
|                | Помидор соленый              | 30             | 50                | 34,1                       | 36,96   |
|                | Хлеб пшеничный               | 40             | 50                | 94                         | 141     |
|                | Компот из<br>сухофруктов     | 180            | 200               | 102,41                     | 113,63  |
| ИТОГО          |                              | 560            | 680               | 604,52                     | 712,96  |
| полдник        | Кефир                        | 180            | 200               | 101,26                     | 112,52  |
|                | Печенье овс.                 | 40             | 50                | 112,32                     | 154,07  |
| ИТОГО          |                              | 220            | 250               | 213,58                     | 266,5   |
| Ужин           | Вареники ленивые<br>со смет. | 130/20         | 150/20            | 183,36                     | 195,3   |
|                | Хлеб йодир.                  | 40             | 50                | 57                         | 70,5    |
|                | Кофейный нап. с<br>молоком   | 180            | 200               | 91                         | 101     |
| ИТОГО          |                              | 370            | 420               | 331,36                     | 366,8   |
| ИТОГО за день  | Б                            | Ж              | У                 | Ккал                       | Выход,г |
| От 1,5х-3х лет | 44,75                        | 49,41          | 206,53            | 1504,65                    | 1605    |
| От 3х-до 7 лет | 56,88                        | 62,6           | 264,76            | 1774,47                    | 1865    |