

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 07.11.2025 года



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Ф.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	Каша манная молочная	180	200	179,92	292,88
	Батон нарезной	20	30	59	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
	ИТОГО	385	435	368,51	506,11
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с макаронными изд.	150	180	95,53	107,8
	Сельдь с луком	60	80	97,2	128,2
	Пюре картофельное	120	130	156	191
	Салат из сол. огурцов	30	40	54,25	61,13
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	680	619,39	742,76
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63
	Хлеб с повидлом	40	50	97,52	109,21
ИТОГО		220	250	263,65	284,84
Ужин	Пудинг творожно-рисовый со сметаной	130/20	150/20	197,41	201,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Кофейный нап. с молоком	180	200	133,92	166
ИТОГО		370	420	388,33	438,47
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	1686,88
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	2019,18
					Выход,г
					1655
					1885