

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 10.10.2025 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	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		390	440	412,19	549,29
2й завтрак	Банан	100	100	93,6	93,6
ИТОГО		100	100	93,6	93,6
Обед	Суп с клецками	150	180	95,53	107,8
	Гуляш из говядины	60	80	97,2	128,2
	Пюре картофельное	120	130	176	221
	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
	Пряник	40	50	97,52	109,21
ИТОГО		220	250	263,65	284,84
Ужин	Ленивые вареники со сметаной	110/20	120/20	197,41	201,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Какао с молоком	180	200	133,92	166
ИТОГО		350	390	388,33	438,47
ИТОГО за день		Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	1733,48
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	2065,78
					1635
					1855