

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 11.03.2025 года



Утверждаю
Заведующего МБДОУ
Л.В. Хозяенко

Возрастная категория: от 2-х 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	Суп молочный гречневый	180	200	212,72	262,88	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97	
	ИТОГО		385	435	389,31	476,11
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Борщ со сметаной	150	180	75,12	84,52	
	Котлета мясная	60	70	174	212	
	Макароны отв.	110	130	257,9	295,7	
	Салат из соленого огурца с луком	30	50	46,3	60,5	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		570	680	749,73	907,35	
полдник	Йогурт	160	180	101,26	133,12	
	Зефир	30	50	77,52	109,21	
ИТОГО		190	230	178,78	242,32	
Ужин	Сырники со сметаной	110/20	120/20	131,41	145,97	
	Хлеб йодир.	40	50	57	70,5	
	Кофейный нап. с молоком	180	200	91	101	
ИТОГО		350	390	279,41	317,47	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		44,75	49,41	206,53	1644,23	1595
От 3х-до 7 лет		56,88	62,6	264,76	1990,95	1835