

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 12.03.2025 года



Утверждаю
и.о. Заведующего МБДОУ
Т.П. Маджар

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	Суп молочный геркулесовый	140	180	95,73	101,3
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Сыр	5	5	43,68	43,68
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,37
ИТОГО		355	425	316	357,61
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Свекольник	150	180	95,53	107,8
	Рагу овощное с мясом	180	220	196,3	235,7
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	650	488,24	598,13
полдник	Молоко	180	200	166,13	175,63
	Булочка домашняя	40	50	88,55	126,5
ИТОГО		220	250	254,68	302,13
Ужин	Печень по-строгановски	60	80	143,68	178,54
	Каша ячневая	110	130	140,1	145,6
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Какао с молоком	180	200	136	166,92
ИТОГО		390	460	476,78	561,56
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		38,23	47,21	198,7	1582,7
От 3х-до 7 лет		45,03	59,63	253,11	1866,43
					1885