

Меню
основного питания
МБДОУ №22
на 13.03.2025 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 пшенный	150	180	151,92	164,68
	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	101,97
	ИТОГО		360	420	372,19
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с макарон.изд.	150	180	82,97	90,19
	Плов с говядиной	180	230	137,38	158,74
	Салат из капусты квашеной	30	50	43,08	51,82
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	710	459,84	555,38
полдник	Ряженка	160	180	126,32	145,67
	Печенье овсяное	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		200	230	215,64	273,57
Ужин	Омлет	150	180	136	166,92
	Горошек зеленый	40	50	64,38	71,52
	Хлеб йодир.	40	50	57	70,5
	Чай с молоком	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		410	480	347,31	410,91
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	33,14	41,62	229,33	1441,98	1645
От 3х-до 7 лет	38,89	54,77	278,45	1708,45	1935