

Меню

основного питания

МБ ДОУ №22

на 20.01.2025 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

	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность		
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет			
Прием пищи	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8	
	Каша геркулес вязкая	130	150	76,08	112,07	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с сахаром	180	200	51,62	55,45	
ИТОГО		375	425	277,16	341,58	
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Борщ со сметаной	150	180	121,22	142,47	
	Рыба тушеная с овощами	70	80	102,2	117	
	Каша пшеничная	110	130	92,71	144,52	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		550	640	512,54	658,62	
полдник	Молоко	180	200	166,13	175,63	
	Оладьи со сгущенкой	40	50	88,55	126,5	
ИТОГО		220	250	254,68	302,13	
	Суп молочный с макаронными изд.	180	200	202,3	240,1	
	Хлеб рж.	40	50	57	70,5	
	Чай с сахаром	180	200	91	101	
ИТОГО		400	450	350,3	411,6	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		37,31	40,28	195,84	1441,68	1645
От 3х-до 7 лет		47,35	52,59	251,12	1760,93	1865