

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 20.03.2025 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	Суп молочный с макаронными изд.	180	200	202,3	240,1
	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		390	440	422,57	497,01
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с крупой	150	180	78,75	87,5
	Плов с курицей	180	230	137,38	158,74
	Салат из зел. горошка	30	50	45,29	58,63
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	710	457,83	559,5
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
	Икра кабачковая	40	50	64,38	71,52
	Хлеб йодир.	40	50	57	70,5
	Кофейный нап. с молоком	180	200	91	101
ИТОГО		410	480	348,38	409,94
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	33,14	41,62	229,33	1491,42	1680
От 3х-до 7 лет	38,89	54,77	278,45	1787,02	1960