

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 20.11.2025 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	Омлет	150	180	160,5	192,6
	Икра кабачковая	40	60	61,08	74,8
	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		395	475	398,17	480,63
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Свекольник со сметаной	150	180	145,53	167,8
	Плов с говядиной	180	230	157,38	198,74
	Салат из кв. капусты	30	40	52,13	64,25
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	700	551,45	685,42
полдник	Кефир	160	180	147,2	165,6
	Булочка	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		200	230	236,52	293,5
ужин	Суп молочный пшенный	180	200	151,92	164,68
	Хлеб йодированный	40	50	67	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		400	450	308,85	337,15
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		33,14	41,62	229,33	1541,99
От 3х-до 7 лет		38,89	54,77	278,45	1843,7
					Выход,г
					1675
					1955