

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 21.03.2025 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 гречневый	180	200	179,92	292,88	
	Батон нарезной	20	30	59	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с лимоном	180	200	89,93	101,97	
	ИТОГО		385	435	368,51	506,11
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Свекольник со сметаной	150	180	95,53	107,8	
	Сельдь с луком	60	80	97,2	128,2	
	Пюре картофельное	120	130	176	221	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		550	640	565,14	711,63	
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63	
	Хлеб с повидлом	40	50	97,52	109,21	
ИТОГО		220	250	263,65	284,84	
Ужин	Сырники со сметаной	110/20	120/20	197,41	201,97	
	Хлеб рж	40	50	57	70,5	
	Какао с молоком	180	200	136	166,92	
ИТОГО		350	390	390,41	439,39	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	1634,71	1605
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	1988,97	1815