

Меню
 основного питания
 МБ ДОУ №22
 на 22.05.2025 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 пшениный	150	180	151,92	164,68
	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	355	415	328,51	377,91
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Свекольник со сметаной	150	180	139,97	145,64
	Плов с говядиной	180	230	157,38	178,74
	Огурец соленый	30	40	35,64	42,37
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	700	529,4	621,38
полдник	Ряженка	160	180	147,2	165,6
	Пряник	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		200	230	236,52	293,5
Ужин	Омлет	150	180	160,5	192,6
	Горошек зеленый	40	50	64,52	70,1
	Хлеб йодир.	40	50	67	70,5
	Кофейный нап. с молоком	180	200	98	101
ИТОГО		410	480	390,02	434,2
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		33,14	41,62	229,33	1531,45
От 3х-до 7 лет		38,89	54,77	278,45	1773,99
					Выход,г
					1645
					1925