

меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 25.08.2025 года

утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Холыкина



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	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8	
	Макароны отварные с маслом	95	110	93,82	130,73	
	Икра кабачковая	40	50	42,56	83,3	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с молоком	180	200	89,93	101,97	
	ИТОГО	380	435	375,77	490,06	
62й завтрак	Яблоко	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Суп с бобовыми	150	180	71,12	79,03	
	Котлета рыбная с овощами	70	80	102,2	117	
	Каша пшеничная	110	130	168,32	179,54	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		550	640	538,05	630,2	
полдник	Молоко кипяченое	180	200	166,13	175,63	
	Булка «Веснушка»	40	50	162,41	185,2	
ИТОГО		220	250	328,54	360,83	
Ужин	Каша манная молочная	180	200	142,3	165,1	
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5	
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97	
ИТОГО		400	450	289,23	337,57	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход, г
От 1,5х-3х лет		37,31	40,28	195,84	1578,59	1650
От 3х-до 7 лет		47,35	52,59	251,12	1865,66	1875