

Меню  
основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 27.03.2025 года

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
Г.В. Хозяенко



Возрастная категория: от 2-3 лет, 3-7 лет  
Длительность пребывания детей в детском саду: 12

| Прием<br>пищи  | Наименование<br>блюда              | Вес блюда      |                   | Энергетическая<br>ценность |          |
|----------------|------------------------------------|----------------|-------------------|----------------------------|----------|
|                |                                    | от 2х<br>от 3х | до 3х<br>до 7 лет |                            |          |
| Завтрак        | Суп молочный<br>пшенный            | 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   |
| 2й<br>завтрак  | Сок фруктовый                      | 100            | 100               | 47                         | 47       |
| ИТОГО          |                                    | 100            | 100               | 47                         | 47       |
| Обед           | Суп с зел. горошком                | 150            | 180               | 82,97                      | 90,19    |
|                | Ленивые голубцы со<br>смет. соусом | 150            | 170               | 248                        | 296      |
|                | Салат из соленого<br>огурца        | 30             | 50                | 63,08                      | 71,82    |
|                | Хлеб пшеничный                     | 40             | 50                | 94                         | 141      |
|                | Компот из<br>сухофруктов           | 180            | 200               | 102,41                     | 113,63   |
| ИТОГО          |                                    | 550            | 650               | 590,46                     | 712,64   |
| полдник        | Йогурт                             | 160            | 180               | 147,2                      | 165,6    |
|                | Печенье овсяное                    | 40             | 50                | 89,32                      | 127,9    |
| ИТОГО          |                                    | 200            | 230               | 236,52                     | 293,5    |
| Ужин           | Омлет                              | 150            | 180               | 160,5                      | 192,6    |
|                | Хлеб йодир.                        | 40             | 50                | 57                         | 70,5     |
|                | Кофейный нап. с<br>молоком         | 180            | 200               | 91                         | 101      |
| ИТОГО          |                                    | 370            | 430               | 308,5                      | 364,1    |
| ИТОГО за день  | Б                                  | Ж              | У                 | Ккал                       | Выход, г |
| От 1,5х-3х лет | 33,14                              | 41,62          | 229,33            | 1510,99                    | 1575     |
| От 3х-до 7 лет | 38,89                              | 54,77          | 278,45            | 1795,15                    | 1825     |