

Меню
основного питания
МБДОУ №22
на 28.01.2025 года

Утверждаю
Заведующего 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	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
	ИТОГО	385	435	356,51	506,11
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Борщ со сметаной	150	180	75,12	84,52
	Бефстроганов из говядины	50	70	96,9	135,7
	Макароны отв.	110	130	223,25	254,38
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		530	630	591,68	729,23
полдник	Кефир	160	180	101,26	133,12
	Пряник	40	50	112,32	154,07
ИТОГО		200	230	213,58	287,19
Ужин	Запеканка твор.-рисовая со сметаной	150	170	167,16	200,5
	Хлеб йодир.	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		370	420	314,09	372,97
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	44,75	49,41	206,53	1522,86	1585
От 3х-до 7 лет	56,88	62,6	264,76	1942,5	1815