

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 28.03.2025 года



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко

Возрастная категория: от 2 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	Каша манная молочная	150	180	195,22	225,02	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Какао с молоком	180	200	136	166,92	
	ИТОГО	355	415	417,88	503,2	
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	Вареники лен. с сахаром	130	160	165,36	195,3	
	Хлеб рж	40	50	57	70,5	
	Кофейный нап. с молоком	180	200	91	101	
ИТОГО		350	410	313,36	366,8	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		67,3	63,55	395,31	1607,03	1575
От 3х-до 7 лет		81,83	90,26	513,03	1913,47	1815