

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 29.08.2025 года

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	Каша гречневая молочная	180	200	179,92	292,88	
	Батон нарезной	20	30	59	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97	
	ИТОГО	385	435	368,51	506,11	
2й завтрак	Яблоки	100	100	93,6	93,6	
ИТОГО		100	100	93,6	93,6	
Обед	Суп с клецками	150	180	95,53	107,8	
	Сельдь с луком	60	80	97,2	128,2	
	Соленый огурец	30	40	35,64	42,37	
	Картофель отварной	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	
	Батон с повидлом	40	50	97,52	109,21	
ИТОГО		220	250	263,65	284,84	
Ужин	Сырники из творога со сметаной	110/20	120/20	197,41	201,97	
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5	
	Какао с молоком	180	200	133,92	166	
ИТОГО		350	390	388,33	438,47	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	1679,23	1605
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	2034,65	1815