

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 30.01.2025 года

Утверждаю
Заведующий 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 пшеничный	180	200	193,1	270,15	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Сыр	5	5	43,68	43,68	
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97	
	ИТОГО		390	440	413,37	527,06
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Рассольник	180	200	71,12	91,34	
	Плов из птицы	180	230	117,38	138,74	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		580	680	384,91	484,71	
полдник	Йогурт	160	180	101,26	112,52	
	Печенье овсяное	40	50	89,32	127,9	
ИТОГО		200	230	190,58	240,42	
Ужин	Омлет	150	180	136	166,92	
	Икра кабачковая	40	50	57,4	63,25	
	Хлеб йодир.	40	50	57	70,5	
	Какао с молоком	180	200	136	166,92	
ИТОГО		410	480	339,33	413,59	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		33,14	41,62	229,33	1375,19	1680
От 3х-до 7 лет		38,89	54,77	278,45	1712,78	1930