

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 15.12.2025 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	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8
	Макароны отв. с маслом	95	110	93,82	130,73
	Икра кабачковая	40	50	42,56	83,3
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с молоком	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		380	435	375,77	490,06
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп гороховый	150	180	71,12	79,03
	Котлета рыбная с овощами	70	80	102,2	117
	Каша ячневая	110	130	168,32	179,54
	Огурец соленый	30	40	32,54	41,32
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	680	570,59	671,52
полдник	Молоко кипяченое	180	200	166,13	175,63
	Оладьи со сгущ.	40	50	162,41	185,2
ИТОГО		220	250	328,54	360,83
Ужин	Каша рисовая молочная	180	200	142,3	165,1
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		400	450	289,23	337,57
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		37,31	40,28	195,84	1611,13
От 3х-до 7 лет		47,35	52,59	251,12	1906,98
					Выход, г
					1680
					1915