

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 16.12.2025 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	160	180	165,73	190,3
	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	342,32	403,53
2й завтрак	Компот из св. яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Борщ со сметаной	150	180	75,12	84,52
	Котлета мясная	60	70	96,9	135,7
	Макароны отв.	110	130	193,82	230,73
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		540	630	562,25	705,58
полдник	Кефир	160	180	101,26	112,52
	Печенье овс.	40	50	77,52	109,21
ИТОГО		200	230	178,78	221,73
ужин	Запеканка творожно- рисовая со сметаной	150	170	167,16	200,5
	Хлеб йодированный	40	50	57	70,5
	Кофейный нап. с молоком	180	200	97,93	101,97
ИТОГО		370	420	322,09	372,97
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		44,75	49,41	206,53	1452,44
От 3х-до 7 лет		56,88	62,6	264,76	1750,81
					Выход,г
					1595
					1815