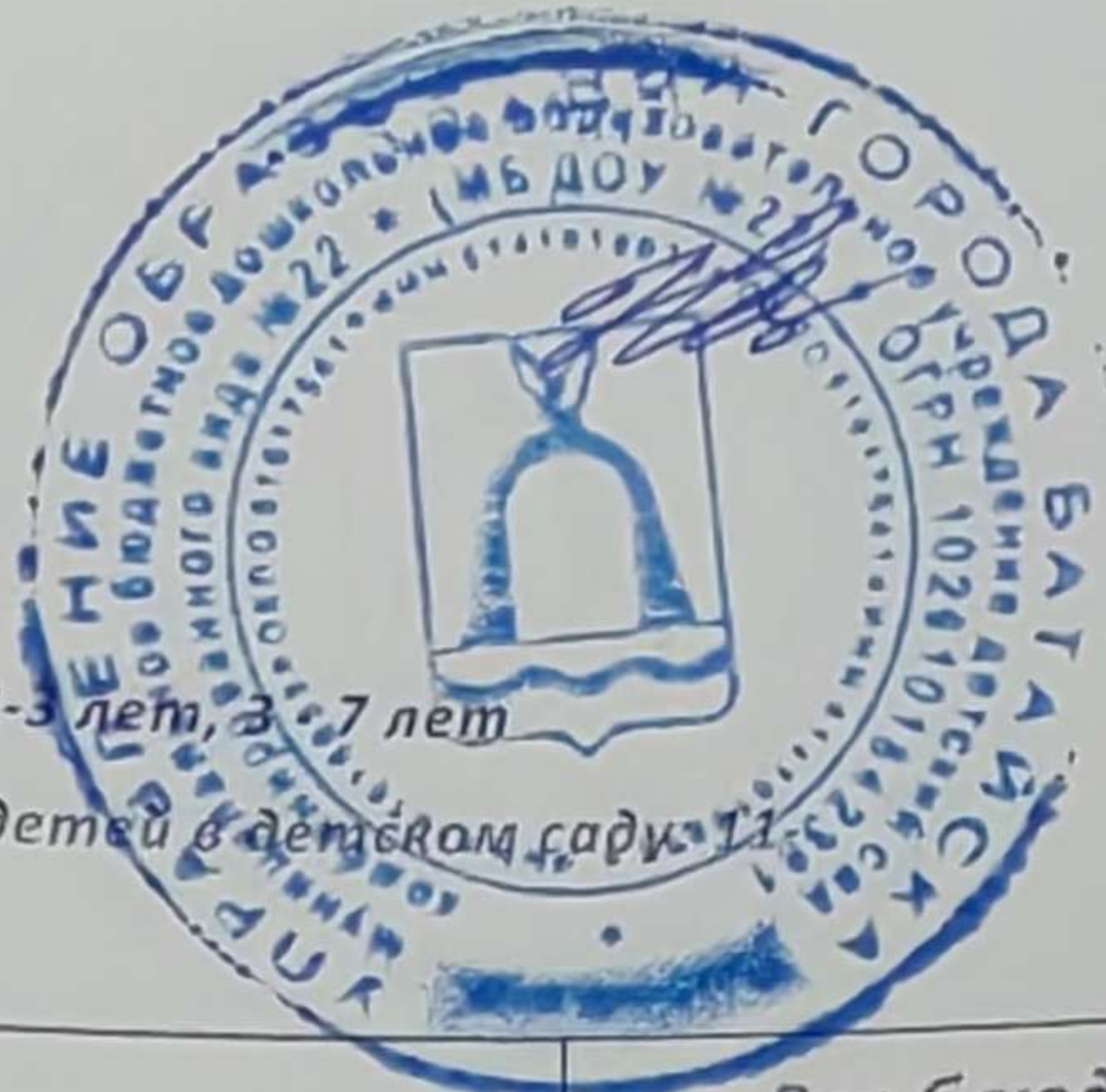


Меню  
основного питания  
МБ ДОУ №22  
на 29.10.2025 года



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<br>от 3х | от 3х<br>до 7 лет |                         |          |
| Завтрак        | Суп молочный «Дружба»   | 150            | 180               | 131,5                   | 168,02   |
|                | Батон нарезной          | 20             | 30                | 47,3                    | 71,6     |
|                | Масло сливочное         | 5              | 5                 | 39,66                   | 39,66    |
|                | Чай с сахаром           | 180            | 200               | 91,0                    | 101,0    |
| ИТОГО 3        |                         | 355            | 415               | 309,16                  | 380,28   |
| 2й завтрак     | сок фруктовый           | 100            | 100               | 47,3                    | 47       |
| ИТОГО 4        |                         | 100            | 100               | 47                      | 47       |
| Обед           | Суп с зеленым горошком  | 150            | 180               | 78,75                   | 87,5     |
|                | Жаркое по-домашнему     | 180            | 200               | 196,9                   | 235,7    |
|                | Хлеб пшеничный          | 40             | 50                | 94,4                    | 141      |
|                | Компот из сухофруктов   | 180            | 200               | 102,41                  | 113,63   |
| ИТОГО 4        |                         | 550            | 630               | 472,06                  | 577,83   |
| полдник        | Молоко кип.             | 180            | 200               | 166,13                  | 175,63   |
|                | Булочка домашняя        | 40             | 50                | 88,55                   | 126,5    |
| ИТОГО 2        |                         | 220            | 250               | 254,68                  | 302,13   |
| Ужин           | Оладьи из печени        | 60             | 80                | 143,68                  | 178,54   |
|                | Каша ячневая            | 120            | 130               | 90,1                    | 105,6    |
|                | Хлеб ржаной             | 40             | 50                | 57,0                    | 70,5     |
|                | Кофейный нап. С молоком | 180            | 200               | 89,93                   | 101,37   |
| ИТОГО 4        |                         | 400            | 460               | 424,39                  | 499,69   |
| ИТОГО за день  |                         | Ж              | Б                 | Ккал                    | Выход, г |
| От 1,5х-3х лет | 38,23                   | 47,21          | 1,5 198,7         | 1507,29                 | 1625     |
| От 3х-до 7 лет | 45,03                   | 59,63          | 3х 253,11         | 1896,93                 | 1855     |