УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 22 «Зайчик»
_____ О.В. Самохина

МЕНЮ
на «02» декабря 2022 год

Возраст:1,5-3 и 3-7 лет.
Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	**Масса порций (гр.)**	**Калорийность порции (ккал)**
ЗАВТРАК		
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	150/200	149,92/199,9
Чай сладкий	180/200	43,2/48
Хлеб пшеничный	20/40	41,6/83,2
Масло сливочное	5/7	37,42/52,4
Сыр (порциями)	10/10	38,8/38,8
Итого за завтрак:	**365/457**	**310,94/422,3**
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100/100	43/43
Итого за 2-ой завтрак	**100/100**	**43/43**
ОБЕД		
Борщ с капустой и картофелем на м/б	180/200	134,64/149,6
Кнели	60/70	143,74/167,7
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	110/130	130,98/154,8
Салат «Свеколка-2»	40/50	31,44/39,3
Компот из сухофруктов	150/180	32,25/38,7
Хлеб пшеничный	30/30	71/71
Хлеб ржаной	30/30	61,2/61,2
Итого за обед:	**600/700**	**605,25/682,3**
ПОЛДНИК		
Рагу из овощей	180/180	188,5/188,5
Какао на молоке	150/200	84,6/112,8
Хлеб пшеничный	10/10	23,7/23,7
Хлеб ржаной	30/30	61,2/61,2
Печенье	30/30	125,1/125,1
Итого за полдник:	**400/450**	**483,1/511,3**
ВСЕГО:	**1465/1707**	**1442,29/1658,9**