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

МЕНЮ
на «19» сентября 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 манная молочная с маслом сливочным	150/200	121,2/ 165,0
Чай сладкий	180/200	41,1/48,9
Бутерброд с маслом	20/5/40/7	84,8/147,1
Итого за завтрак:	**355/447**	**247,1/361,0**
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100/100	43/43
Итого за 2-ой завтрак	**100/100**	**43/43**
ОБЕД		
Суп гороховый на м/б	180/200	151,4/175,1
Колбаски мясные	60/70	208,9/226,6
Макаронные изделия отварные с мас.слив.	110/130	136,5/169,2
Огурец свежий	40/50	5,6/7,0
Компот из смеси сухофруктов	150/180	30,9/38,7
Хлеб пшеничный	30/30	71/71
Хлеб ржаной	30/30	61,2/61,2
Итого за обед:	**600/690**	**665,5/748,8**
ПОЛДНИК		
Омлет	35/60	53,2/93,5
Пюре картофельное	80/80	69,5/69,5
Салат «Свеколка»2	40/40	27,2/27,2
Хлеб пшеничный	30/30	71/71
Кисель	150/200	55,6/74,1
Пряники	30/30	109,8/109,8
Итого за полдник:	**365/440**	**386,3/445,1**
ВСЕГО:	**1420/1677**	**1341,9/1597,9**