

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

О.В. Самохина



МЕНЮ

на «25» мая 2020 г.

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
ЗАВТРАК		
Каша манная жидкая с маслом сливочным	200	149,1
Чай сладкий	200	48
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
Итого за завтрак:	447	332,7
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100	43
Итого за 2-ой завтрак	100	43
ОБЕД		
Суп гороховый на м/б	200	176,7
Шницель мясной	80	185,2
Макаронные изделия отварные с мас. слив.	130	169,2
Салат из солёных огурцов с луком	60	27,9
Компот из смеси сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
Итого за обед:	710	729,9
ПОЛДНИК		
Омлет натуральный	60	110,5
Винегрет овощной	80	66
Хлеб пшеничный	30	71
Кофейный напиток с мол.	200	101,9
Пирожок с повидлом	60	201,7
Итого за полдник:	430	551,1
ВСЕГО:	1687	1656,7