

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

О.В. Самохина

МЕНЮ

на «12» апреля 2024 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 | | |
| Соус картофельный с овощами | 180/180 | 169,4/169,4 |
| 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 | 464/492,2 |
| ВСЕГО: | 1465/1707 | 1423,19/1639,8 |