

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

г. Самохина

МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

№ 22

«Зайчик»

**МЕНЮ**

на «18» ноября 2025 года

Возраст: 1,5-3 и 3-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/200	147/ 196
Какао на молоке	180/200	101,52/112,8
Хлеб пшеничный	20/40	41,6/83,2
Масло сливочное	5/7	37,42/52,4
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>355/447</b>	<b>327,54/444,4</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
Сок фруктовый	100/100	43/43
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>100/100</b>	<b>43/43</b>
<b>ОБЕД</b>		
Суп картофельный с клёцками на кур.б.	180/200	158,13/175,7
Плов из птицы с овощами	170/200	277,44/326,4
Томаты солёные	40/60	5,6/8,4
Компот из смеси сухофруктов	150/180	32,25/38,7
Хлеб пшеничный	30/30	71/71
Хлеб ржаной	30/30	61,2/61,2
<b>Итого за обед:</b>	<b>600/700</b>	<b>605,62/681,4</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Пудинг творожно-манный с молоком сгущённым	150/30/150/30	388,5/388,5
Кефир	150/200	79,5/106
Яблоко	100/100	67,2/67,2
<b>Итого за полдник:</b>	<b>430/480</b>	<b>535,2/561,7</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1485/1727</b>	<b>1511,36/1730,5</b>