

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

О.В. Самохина



**МЕНЮ**

на «18» ноября 2024 г.

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 манная молочная с маслом сливочным	150/200	134,3/ 175,5
Чай сладкий	180/200	41,1/48,9
Бутерброд с маслом	20/5, /40/7	84,8/147,1
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>355/447</b>	<b>260,2/371,5</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
Сок яблочный	100/100	43/43
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>100/100</b>	<b>43/43</b>
<b>ОБЕД</b>		
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
Компот из смеси сухофруктов	150/180	30,9/38,7
Хлеб пшеничный	30/30	71/71
Хлеб ржаной	30/30	61,2/61,2
<b>Итого за обед:</b>	<b>600/690</b>	<b>665,5/748,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
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	82,7/112,8
Пряники	30/30	22,5/22,5
<b>Итого за полдник:</b>	<b>365/440</b>	<b>413,4/483,8</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1420/1677</b>	<b>1382,1/1647,1</b>