

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

 О.В. Самохина

**МЕНЮ**

на «25» октября 2024 год

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 «Дружба» молочная с маслом сливочным	150/200	158,8/210,4
Чай сладкий	180/200	41,1/48,9
Бутерброд с маслом	20/5,40/7	84,8/147,1
Сыр (порциями)	10/10	38,8/38,8
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>365/457</b>	<b>323,5/445,2</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>		
Борщ с капустой и картофелем на м/б	180/200	136,9/170,2
Кнели из мяса	60/70	197,6/216,6
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	110/130	125,2/148,9
Салат «Школьные годы»	40/50	26,6/37,4
Компот из 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>600/700</b>	<b>649,4/744,0</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Рагу овощное-2	200/200	153,8/153,8
Хлеб пшеничный	10/10	23,7/23,7
Хлеб ржаной	30/30	61,2/61,2
Какао на молоке	150/200	90,0/127,9
<b>Итого за полдник:</b>	<b>390/440</b>	<b>328,7/366,6</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1455/1697</b>	<b>1344,6/1598,8</b>