УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 22 «Зайчик»
Е.В. Самохина

МЕНЮ
на «29» ноября 2022 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 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
Итого за завтрак:	**355/447**	**327,54/444,4**
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100/100	43/43
Итого за 2-ой завтрак	**100/100**	**43/43**
ОБЕД		
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
Итого за обед:	**600/700**	**605,62/681,4**
ПОЛДНИК		
Пудинг творожно-манный с повидлом	130/30/130/30	339,3/339,3
Кефир	150/200	79,5/106
Яблоко	100/100	67,2/67,2
Итого за полдник:	**410/460**	**486/512,5**
ВСЕГО:	**1465/1707**	**1462,16/1681,3**