

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 2 на 10 марта 2025 года

Возрастная категория: 1-3 года, длительность пребывания в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша ячневая молочная	150	203
	Печенье с джемом	20	83
	Чай с лимоном	5	12
		150	47
Итого на завтрак:		325	345
2-й завтрак	Яблоко	100	45
Итого на второй завтрак:		100	45
Обед	Суп картофельный с клецками	150	39
	Картофельное пюре	110	107
	Ежики тушеные в томатном соусе	100	204
	Консервированный огурец порционный	20	3
	Хлеб ржаной	40	70
	Компот из свежих яблок	150	45
Итого на обед:		570	468
Полдник	Молоко	150	90
	Вафли	25	88
Итого на полдник:		175	178
Ужин	Винегрет	160	203
	½ отварного яйца	20	32
	Батон	30	79
	Сок	150	70
Итого на ужин:		360	384
Итого:		1530	1420

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 2 на 10 марта 2025 года

Возрастная категория: 3-7 лет, длительность пребывания в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	271
	Печенье с джемом	20	83
	Чай с лимоном	5	12
		180	56
Итого на завтрак:		405	422
2-й завтрак	Яблоко	100	45
Итого на второй завтрак:		100	45
Обед	Суп картофельный с клецками	200	51
	Картофельное пюре	130	126
	Ежики тушеные в томатном соусе	100	204
	Консервированный огурец порционный	30	4
	Хлеб ржаной	50	87
	Компот из свежих яблок	180	55
Итого на обед:		690	527
Полдник	Молоко	180	108
	Пряники	25	88
Итого на полдник:		205	196
Ужин	Винегрет	200	254
	½ отварного яйца	20	32
	Батон	40	105
	Сок	180	84
Итого на ужин:		440	475
Итого:		1840	1665