

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 13 марта 2025 года

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

| Прием пищи                      | Наименование приема пищи            | Масса порции | Калорийность порции |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак                         | Суп молочный с кукурузной крупой    | 150          | 101                 |
|                                 | Батон с маслом                      | 30           | 79                  |
|                                 | Кофейный напиток с молоком          | 7            | 52                  |
|                                 |                                     | 150          | 63                  |
| <b>Итого на завтрак:</b>        |                                     | <b>337</b>   | <b>295</b>          |
| 2-й завтрак                     | Апельсины                           | 100          | 45                  |
| <b>Итого на второй завтрак:</b> |                                     | <b>100</b>   | <b>45</b>           |
| Обед                            | Рассольник ленинградский            | 150          | 73                  |
|                                 | Ленивые голубцы                     | 70           | 100                 |
|                                 | Соус сметанный                      | 30           | 32                  |
|                                 | Картофельное пюре                   | 110          | 107                 |
|                                 | Салат из моркови с зеленым горошком | 40           | 53                  |
|                                 | Хлеб ржаной                         | 40           | 70                  |
|                                 | Компот из кураги                    | 150          | 68                  |
| <b>Итого на обед:</b>           |                                     | <b>590</b>   | <b>503</b>          |
| Полдник                         | Сок                                 | 150          | 70                  |
|                                 | Печенье                             | 20           | 83                  |
| <b>Итого на полдник:</b>        |                                     | <b>170</b>   | <b>153</b>          |
| Ужин                            | Пудинг из творога                   | 150          | 370                 |
|                                 | Соус молочный сладкий               | 40           | 48                  |
|                                 | Чай с лимоном                       | 150          | 47                  |
| <b>Итого на ужин:</b>           |                                     | <b>340</b>   | <b>465</b>          |
| <b>Итого:</b>                   |                                     | <b>1537</b>  | <b>1461</b>         |

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 13 марта 2025 года

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

| Прием пищи                      | Наименование приема пищи            | Масса порции | Калорийность порции |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак                         | Суп молочный с кукурузной крупой    | 200          | 134                 |
|                                 | Батон с маслом                      | 40           | 105                 |
|                                 | Кофейный напиток с молоком          | 10           | 75                  |
|                                 |                                     | 180          | 82                  |
| <b>Итого на завтрак:</b>        |                                     | <b>430</b>   | <b>396</b>          |
| 2-й завтрак                     | Апельсины                           | 100          | 45                  |
| <b>Итого на второй завтрак:</b> |                                     | <b>100</b>   | <b>45</b>           |
| Обед                            | Рассольник ленинградский            | 200          | 80                  |
|                                 | Ленивые голубцы                     | 70           | 100                 |
|                                 | Соус сметанный                      | 30           | 32                  |
|                                 | Картофельное пюре                   | 130          | 126                 |
|                                 | Салат из моркови с зеленым горошком | 60           | 79                  |
|                                 | Хлеб ржаной                         | 50           | 87                  |
|                                 | Компот из кураги                    | 180          | 82                  |
| <b>Итого на обед:</b>           |                                     | <b>720</b>   | <b>586</b>          |
| Полдник                         | Сок                                 | 180          | 84                  |
|                                 | Печенье                             | 20           | 83                  |
| <b>Итого на полдник:</b>        |                                     | <b>200</b>   | <b>167</b>          |
| Ужин                            | Пудинг из творога                   | 150          | 370                 |
|                                 | Соус молочный сладкий               | 40           | 48                  |
|                                 | Чай с лимоном                       | 180          | 56                  |
| <b>Итого на ужин:</b>           |                                     | <b>370</b>   | <b>474</b>          |
| <b>Итого:</b>                   |                                     | <b>1820</b>  | <b>1668</b>         |