

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 2 на 14 января 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 манная молочная	150	161
	Батон	30	79
	Сыр	8	27
	Какао с молоком	150	89
Итого на завтрак:		338	356
2-й завтрак	Яблоко	100	45
Итого на второй завтрак:		100	45
Обед	Суп гороховый	150	60
	Гуляш из говядины	70	118
	Греча	110	189
	Салат из свеклы и моркови	40	50
	Хлеб ржаной	40	70
	Компот из сухофруктов	150	84
Итого на обед:		560	571
Полдник	Вафли	25	88
	Молоко	150	90
Итого на полдник:		175	178
	Салат «Степной»	180	234
	½ отварного яйца	20	32
	Батон	30	79
	Чай с лимоном	150	47
Итого на ужин:		380	392
Итого:		1553	1542

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 2 на 14 января 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 манная молочная	200	215
	Батон	40	105
	Сыр	9	31
	Какао с молоком	180	106
Итого на завтрак:		429	457
2-й завтрак	Яблоко	100	45
Итого на второй завтрак:		100	45
Обед	Суп гороховый	200	80
	Гуляш из говядины	70	118
	Греча	130	223
	Салат из свеклы и моркови	60	75
	Хлеб ржаной	50	87
	Компот из сухофруктов	180	101
Итого на обед:		690	684
Полдник	Вафли	25	88
	Молоко	180	108
Итого на полдник:		205	196
	Салат «Степной»	200	260
	½ отварного яйца	20	32
	Батон	40	105
	Чай с лимоном	180	56
Итого на ужин:		440	453
Итого:		1864	1835