

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 17 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 геркулесовая молочная             | 150         | 170                     |
|                                 | Батон                                  | 30          | 79                      |
|                                 | Джем                                   | 10          | 24                      |
|                                 | Кофейный напиток с молоком.            | 150         | 63                      |
| <b>Итого на завтрак:</b>        |  | <b>340</b>  | <b>336</b>              |
| 2-й завтрак                     | Яблоко                                 | 100         | 45                      |
| <b>Итого на второй завтрак:</b> |  | <b>100</b>  | <b>45</b>               |
| Обед                            | Суп картофельный с клецками            | 150         | 39                      |
|                                 | Котлета рыбная любительская из горбуши | 70          | 71                      |
|                                 | Картофель отварной                     | 110         | 134                     |
|                                 | Салат из свежей капусты с морковью     | 40          | 55                      |
|                                 | Хлеб ржаной                            | 40          | 70                      |
|                                 | Компот из сухофруктов                  | 150         | 84                      |
| <b>Итого на обед:</b>           |  | <b>560</b>  | <b>453</b>              |
| Полдник                         | Печенье                                | 20          | 83                      |
|                                 | Сок                                    | 150         | 107                     |
| <b>Итого на полдник:</b>        |  | <b>170</b>  | <b>190</b>              |
|                                 | Омлет натуральный                      | 125         | 212                     |
|                                 | Икра кабачковая                        | 50          | 39                      |
|                                 | Батон                                  | 30          | 79                      |
|                                 | Чай с лимоном                          | 150         | 47                      |
| <b>Итого на ужин:</b>           |  | <b>355</b>  | <b>377</b>              |
| <b>Итого:</b>                   |  | <b>1525</b> | <b>1401</b>             |

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 17 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 геркулесовая молочная             | 200         | 207                     |
|                                 | Батон                                  | 40          | 105                     |
|                                 | Джем                                   | 10          | 24                      |
|                                 | Кофейный напиток с молоком             | 180         | 82                      |
| <b>Итого на завтрак:</b>        |  | <b>430</b>  | <b>418</b>              |
| 2-й завтрак                     | Яблоко                                 | 100         | 45                      |
| <b>Итого на второй завтрак:</b> |  | <b>100</b>  | <b>45</b>               |
| Обед                            | Суп картофельный с клецками            | 200         | 51                      |
|                                 | Котлета рыбная любительская из горбуши | 70          | 71                      |
|                                 | Картофель отварной                     | 130         | 158                     |
|                                 | Салат из свежей капусты и моркови      | 60          | 82                      |
|                                 | Хлеб ржаной                            | 50          | 87                      |
|                                 | Компот из сухофруктов                  | 180         | 101                     |
| <b>Итого на обед:</b>           |  | <b>690</b>  | <b>550</b>              |
| Полдник                         | Печенье                                | 20          | 83                      |
|                                 | Сок                                    | 180         | 126                     |
| <b>Итого на полдник:</b>        |  | <b>200</b>  | <b>209</b>              |
|                                 | Омлет натуральный                      | 125         | 212                     |
|                                 | Икра кабачковая                        | 50          | 39                      |
|                                 | Батон                                  | 40          | 105                     |
|                                 | Чай с лимоном                          | 180         | 56                      |
| <b>Итого на ужин:</b>           |  | <b>395</b>  | <b>412</b>              |
| <b>Итого:</b>                   |  | <b>1815</b> | <b>1634</b>             |