

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 21 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 | Суп молочный с пшенной крупой | 150 | 101 |
| | Батон | 30 | 79 |
| | сыр | 8 | 27 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 89 |
| Итого на завтрак: | | 338 | 296 |
| 2-й завтрак | Яблоко | 100 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 100 | 45 |
| Обед | Рассольник ленинградский | 150 | 73 |
| | Бефстроганов из говядины | 70 | 157 |
| | греча | 110 | 189 |
| | Салат из свежей капусты с морковью | 40 | 55 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 70 |
| | Компот из кураги | 150 | 64 |
| Итого на обед: | | 560 | 612 |
| Полдник | вафли | 25 | 70 |
| | Сок | 150 | 188 |
| Итого на полдник: | | 175 | 158 |
| | Тефтели рыбные в томат.соусе | 100 | 91 |
| | Картофель отварной | 110 | 134 |
| | Салат из моркови с зел.гор. | 40 | 53 |
| | Батон | 30 | 79 |
| | Чай с лимоном | 150 | 47 |
| Итого на ужин: | | 430 | 404 |
| Итого: | | 1603 | 1515 |

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 21 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 | Суп молочный с пшенной крупой | 200 | 134 |
| | Батон | 40 | 105 |
| | сыр | 9 | 31 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 106 |
| Итого на завтрак: | | 429 | 376 |
| 2-й завтрак | Яблоко | 100 | 45 |
| Итого на второй завтрак: | | 100 | 45 |
| Обед | Рассольник ленинградский | 200 | 80 |
| | Бефстроганов из говядины | 70 | 157 |
| | греча | 130 | 223 |
| | Салат из свежей капусты и моркови | 60 | 82 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 87 |
| | Компот из кураги | 180 | 82 |
| Итого на обед: | | 690 | 711 |
| Полдник | вафли | 25 | 84 |
| | Сок | 180 | 88 |
| Итого на полдник: | | 205 | 172 |
| | Тефтели рыбные в томат.соусе | 100 | 91 |
| | Картофель отварной | 130 | 158 |
| | Салат из моркови с зел.гор. | 40 | 53 |
| | Батон | 40 | 105 |
| | Чай с лимоном | 180 | 56 |
| Итого на ужин: | | 490 | 463 |
| Итого: | | 1914 | 1767 |