

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 21 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	Каша манная молочная	150	161
	Батон с	30	79
	сыром	8	27
	Кофейный напиток с молоком	150	63
Итого на завтрак:		338	330
2-й завтрак	Апельсины	100	45
Итого на второй завтрак:		150	50
Обед	Щи из свежей капусты	150	214
	Плов из отварных кур	40	50
	Салат из свеклы и моркови	40	70
	Хлеб ржаной	150	45
	Компот из свежих яблок	530	429
Итого на обед:		150	70
Полдник	Сок	20	83
	Печенье	170	153
Итого на полдник:		60	89
Ужин	Хлебцы рыбные	110	107
	Картофельное пюре	20	3
	Порционный консервированный огурец	30	79
	Батон	150	47
	Чай с лимоном	370	325
Итого на ужин:		1508	1282
Итого:			

Ежедневное меню основного питания ДОУ № 2 на 21 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	Каша манная молочная	200	215
	Батон с	40	105
	сыром	9	31
	Кофейный напиток с молоком	180	82
Итого на завтрак:		429	433
2-й завтрак	Апельсины	100	45
Итого на второй завтрак:		100	45
Обед	Щи из свежей капусты	200	66
	Плов из отварных кур	180	268
	Салат из свеклы и моркови	60	87
	Хлеб ржаной	50	87
	Компот из свежих яблок	180	55
Итого на обед:		670	551
Полдник	Сок	180	184
	Печенье	20	83
Итого на полдник:		200	167
Ужин	Хлебцы рыбные	70	89
	Картофельное пюре	130	126
	Порционный консервированный огурец	30	4
	Батон	40	105
	Чай с лимоном	180	56
Итого на ужин:		450	380
Итого:		1849	1576