

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 01.09.2026 года

Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №22
Т.В. Хозяенко

Возрастная категория: от 2-3 лет, 3-7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х до 3х лет	от 3х до 7 лет		
<u>Завтрак</u>	<i>Суп молочный геркулесовый</i>	140	180	95,73	101,3
	<i>Батон нарезной</i>	20	30	46,86	69,55
	<i>Масло сливочное</i>	5	5	39,66	39,66
	<i>Чай с сахаром</i>	180	200	55,45	51,62
Итого		345	415	237,7	262,13
<u>2-ой завтрак</u>	<i>компот из яблок</i>	100	100	47	47
Итого		100	100	47	47
<u>Обед</u>	<i>Борщ со сметаной</i>	150	180	75,12	84,52
	<i>Каша пшеничная рассыпчатая</i>	110	130	92,71	144,52
	<i>Гуляш из курицы</i>	50	70	96,9	135,7
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	50	94	141
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	102,41	113,63
Итого		530	630	461,14	619,37
<u>Полдник</u>	<i>Кефир</i>	180	200	101,26	112,52
	<i>Печенье Овсяное</i>	40	50	112,32	154,07
Итого		220	250	213,58	266,59
<u>Ужин</u>	<i>Запеканка из творога с манной и сметаной</i>	150	170	167,16	200,5
	<i>Хлеб йодированный</i>	40	50	57	70,5
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	200	91	101
Итого		370	420	315,16	372
<u>Итого за день</u>	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3-х лет	44,75	49,41	206,53	1274,58	1565
от 3х до 7 лет	56,88	62,6	264,76	1567,09	1815