

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 02.09.2026 года

Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №22
Г.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>Каша молочная Дружба</i>	150	180	131,5	168,02
	<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		355	415	273,47	328,85
<u>2-ой завтрак</u>	<i>сок фруктовый</i>	100	100	47	47
Итого		100	100	47	47
<u>Обед</u>	<i>Суп с крупой</i>	150	180	78,75	87,5
	<i>Рагу овощное с курицей</i>	180	220	96,9	135,7
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	50	94	141
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	102,41	113,63
Итого		550	650	372,06	477,83
<u>Полдник</u>	<i>йогурт</i>	160	180	101,26	112,52
	<i>булочка Домашняя</i>	30	50	100,77	139,21
Итого		190	230	202,03	251,73
<u>Ужин</u>	<i>оладьи из печени</i>	60	80	143,68	178,54
	<i>Каша ячневая рассыпчатая</i>	110	130	92,71	144,52
	<i>Хлеб ржаной</i>	40	50	57	70,5
	<i>какао с молоком</i>	180	200	89,98	101,87
Итого		390	460	383,37	495,43
<u>Итого за день</u>	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3-х лет	36,09	39,71	198,36	1277,93	1585
от 3х до 7 лет	44,39	49,34	257,31	1600,84	1855