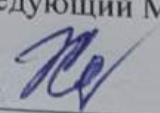


Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 02.10.2026год

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		
Завтрак	запеканка творожная с рисом	150	180	131,5	168,02
	батон нарезной	20	30	46,86	69,55
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	53,77	51,62
Итого		205	235	140,29	160,83
2-ой завтрак	яблоко	100	100	47	47
		100	100	47	47
Обед	свекольник	150	180	95,53	107,8
	рагу из птицы	180	220	96,9	135,7
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	компот из сухофрукты	180	200	102,41	126
Итого		550	650	388,84	510,5
Полдник	молоко кипяченое	160	180	175,63	175,63
	батон с повидлом	40	50	112,32	154,07
Итого		200	230	89,32	329,7
Ужин	селедка с луком	60	80	92,7	128,2
	хлеб ржаной	40	50	57	66,92
	каша пшеничная	110	130	91	101
	чай с сахаром	180	200	43,77	48,64
Итого		390	460	240,7	344,76
Итого за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3-х лет	67,3	63,55	395,3	220,14	1445
от 3х до 7 лет	81,83	90,26	513,13	287,22	1675