

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 03.04.2026 года

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко
и.о. заведующего
Магмар М.П.

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



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Суп молочный гречневый	180	200	151,92	164,68
	Батон нарезной	20	30	59	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с лимоном	180	200	89,93	101,97
	ИТОГО	385	435	340,51	377,91
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с клецками	150	180	95,53	107,8
	Сельдь с луком	60	80	97,2	128,2
	Картофель отв.	120	130	176	221
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	640	565,14	711,63
полдник	Молоко кип.	180	200	154,32	165,63
	Хлеб с повидлом	40	50	97,52	109,21
ИТОГО		220	250	251,84	274,84
Ужин	Сырники со сметаной	130/20	150/20	147,41	151,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Какао с молоком	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		370	420	294,34	324,44
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	1498,83
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	1735,82
					Выход,г
					1625
					1845