

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 05.08.2026 года



Возрастная категория: от 2-3 лет, 3 - 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	Каша молочная Дружба	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	150	180	55,45	51,62	
ИТОГО		325	395	273,47	328,85	
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Суп с крупой	150	180	78,75	87,5	
	Жаркое по-домашнему	160	200	198,35	234,96	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		530	630	474,51	577,09	
полдник	Йогурт	160	180	131,26	162,52	
	Булочка Домашняя	30	50	100,77	139,21	
ИТОГО		190	230	232,03	301,73	
Ужин	Оладьи из печени	60	80	143,68	178,54	
	Каша ячневая рассыпчатая	110	130	92,71	144,52	
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5	
	Чай с сахаром	180	200	53,77	118,69	
ИТОГО		390	460	237,67	427,8	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		31,84	43,62	231,33	1451,92	1535
От 3х-до 7 лет		42,89	61,77	271,45	1715,97	1815