

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 09.02.2026 года



утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко

Возрастная категория: от 2х 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 манная молочная	150	200	142,3	165,1
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		355	435	318,89	378,33
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп гороховый	150	180	71,12	79,03
	Котлета рыбная с овощами	70	80	102,2	117
	Каша пшеничная	110	130	168,32	179,54
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	640	538,05	630,2
полдник	Молоко кипяченое	180	200	166,13	175,63
	Оладьи с сахаром	40	50	162,41	185,2
ИТОГО		220	250	328,54	360,83
Ужин	Макароны отв.	150	180	136	166,92
	Яйцо отв.	40	40	62,8	62,8
	Икра кабачковая	40	50	42,56	63,3
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		450	520	388,29	465,49
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		37,31	40,28	195,84	1620,77
От 3х-до 7 лет		47,35	52,59	251,12	1881,85
					Выход, г
					1675
					1945