

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 10.07.2026 года

Утверждаю
и.о. Заведующего МБДОУ
Т.П. Маджар

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	Каша манная молочная	180	200	151,92	164,68
	Батон нарезной	20	30	59	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	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
	Гуляш из птицы	90	110	97,2	128,2
	Картофельное пюре	110	130	176	221
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		530	620	565,14	711,63
полдник	Молоко кип.	180	200	154,32	165,63
	Булочка домашняя	40	50	97,52	109,21
ИТОГО		220	200	251,84	274,84
Ужин	Вареники ленивые со сметаной	150	170	147,41	151,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		370	420	294,34	324,44
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход, г
От 1,5х-3х лет	42,57	38,18	215,69	1498,83	1645
От 3х-до 7 лет	55,45	41,06	275,98	1735,82	1875