

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 10.08.2026 года

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко



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 гречневая молочная	180	200	179,92	292,88	
	Батон нарезной	20	30	46,86	69,55	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с лимоном	180	200	55,45	51,62	
ИТОГО		385	435	321,89	453,71	
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	180	71,12	79,03	
	Котлеты из говядины	60	70	174,0	212,0	
	Каша пшеничная	110	130	92,71	144,52	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		540	630	534,25	690,18	
полдник	Молоко кипяченое	180	200	101,26	112,52	
	Пряник	40	50	77,52	109,21	
ИТОГО		220	250	179,04	221,73	
	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8	
	Каша геркулесовая вязкая	130	150	76,08	112,07	
	Икра кабачковая	40	50	42,56	83,3	
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5	
	Чай с сахаром	180	200	55,45	51,62	
ИТОГО		340	400	267,93	319,64	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		31,84	43,62	231,33	1376,07	1675
От 3х-до 7 лет		42,89	61,77	271,45	1792,91	1905