

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 11.09.2026 года

Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №22
Г.В. Хозяенко

Возрастная категория: от 2-3 лет, 3-7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х до 3х лет	от 3х до 7 лет		
<u>Завтрак</u>	каша молочная гречневая	150	180	195,22	225,02
	батон нарезной	20	30	46,86	69,55
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	55,45	51,62
Итого		355	415	337,19	385,85
<u>2-ой завтрак</u>	Яблоки	100	100	47	47
Итого		100	100	47	47
<u>Обед</u>	суп с крупой	150	180	93,53	107,8
	капуста тушеная с птицей	220	260	194,32	251,65
	компот из сухофрукты	150	180	96,9	135,7
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	салат из огурцов	30	50	102,41	113,63
Итого		590	720	581,16	749,78
<u>Полдник</u>	какао с молоком	160	180	166,13	175,63
	батон с повидлом	50	70	89,32	187,9
Итого		210	250	89,32	363,53
<u>Ужин</u>	сырники из творога	130	170	97,41	101,97
	хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	кисель	150	180	102,41	113,79
Итого		320	400	256,82	286,26
<u>Итого за день</u>	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3 лет	51,11	52,2	195,7	220,14	1575
от 3х до 7 лет	64,24	70,14	265,41	287,22	1885