

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 12.02.2026 года

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко



Возрастная категория: от 1,5 лет, 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Омлет	150	180	160,5	192,6
	Горошек зеленый	40	60	61,08	74,8
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Кофейный напиток	180	200	109,93	121,97
ИТОГО		395	475	418,17	500,63
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Свекольник со сметаной	150	180	145,53	167,8
	Плов с курицей	180	230	157,38	198,74
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	660	499,32	621,17
полдник	Кефир	160	180	147,2	165,6
	Булочка	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		200	230	236,52	293,5
Ужин	Суп молочный пшеничный	180	200	151,92	164,68
	Хлеб йодированный	40	50	67	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		400	450	308,85	337,15
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		33,14	41,62	229,33	1509,86
От 3х-до 7 лет		38,89	54,77	278,45	1799,45
					Выход,г
					1645
					1915