

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 14.01.2026 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	от 3х до 7 лет			
Завтрак	Суп молочный геркулесовый	150	180	131,5	168,02	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,37	
	ИТОГО	355	415	308,09	380,65	
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Суп с макаронными изд.	150	180	145,53	197,8	
	Жаркое по- домашнему	180	200	175,13	201,52	
	Огурец соленый	30	40	42,56	34,58	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		580	670	559,63	688,53	
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63	
	Печенье овс.	40	50	88,55	126,5	
ИТОГО		220	250	254,68	302,13	
Ужин	Печень по- строгановски	60	80	143,68	178,54	
	Каша ячневая	110	130	140,1	145,6	
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5	
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,37	
ИТОГО		390	460	430,71	496,01	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		40,98	44,31	194,68	1600,11	1645
От 3х-до 7 лет		51,63	57,34	263,71	1914,32	1895