

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
15.09.2026 года



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №22
Г.В. Хозяенко
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>	суп молочный с крупой гречневой	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>	сок фруктовый	100	100	47	47
		100	100	47	47
<u>Обед</u>	свекольник	150	180	93,53	107,8
	каша пшеничная	110	130	194,32	251,65
	бефстроганов из птицы	50	70	96,9	135,7
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
Итого		530	630	581,16	749,78
<u>Полдник</u>	кефир	160	180	166,13	175,63
	печенье овсяное	40	50	89,32	187,9
Итого		200	230	89,32	363,53
<u>Ужин</u>	запеканка из творога с манкой	150	180	97,41	101,97
	хлеб йодированный	40	50	57	70,5
	кофейный напиток с молоком	180	200	76,08	112,071
	Итого	370	430	230,49	284,541
<u>Итого за день</u>	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3-х лет	44,75	49,41	206,53	220,14	1555
от 3х до 7 лет	56,88	62,6	264,76	287,22	1805