

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 16.07.2026 года



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко

и.о. заведующего
Мартус М. П.

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	Омлет	150	180	160,5	192,6
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с лимоном	180	200	109,93	121,97
ИТОГО		355	415	357,09	425,83
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с макаронными изд.	150	180	145,53	167,8
	Капуста тушеная с мясом	180	230	117,38	138,74
	Салат из св. помидор	30	40	38,14	41,32
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	700	497,46	602,49
полдник	Кефир	160	180	147,2	165,6
	Вафли	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
	Кисель фруктовый	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	1446,92
От 3х-до 7 лет		38,89	54,77	278,45	1705,97
					Выход,г
					1635
					1895