

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 20.08.2026 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 до 3х лет	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Омлет	150	180	136,0	166,92
	Зеленый горошек	30	40	31,08	51,8
	Батон нарезной	20	30	46,86	69,55
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с лимоном	180	200	55,45	51,62
ИТОГО		385	455	309,05	379,55
2й завтрак	Бананы	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	180	82,97	90,19
	Плов из курицей	180	230	138,74	117,38
	Салат из свежих помидоров	30	50	18,42	30,7
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		580	710	436,54	492,9
полдник	Кефир	160	180	101,26	112,52
	Печенье Курабье	30	50	77,52	129,21
ИТОГО		190	230	178,78	241,73
Ужин	Каша молочная пшеничная	150	200	193,1	270,15
	Хлеб йодированный	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	91,0	101,9
ИТОГО		370	450	341,1	442,55
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	31,84	43,62	231,33	1312,47	1625
От 3х-до 7 лет	42,89	61,77	271,45	1603,73	1945