

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 21.08.2026 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	Каша манна молочная	150	200	195,22	225,02
	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	355	435	337,19	385,85
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Борщ со сметаной	150	180	75,12	84,52
	Тефтели из говядины	70	90	174,0	212,0
	Картофель отварной	110	130	71,31	106,97
	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	700	535,26	688,82
полдник	Кисель	160	180	138,16	155,43
	Батон с повидлом	50	70	89,32	187,9
ИТОГО		210	250	227,48	343,33
Ужин	Сырники из творога со сметаной	130/20	170/20	97,41	101,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	91,0	101,9
ИТОГО		370	440	245,41	274,37
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	31,84	43,62	231,33	1392,34	1615
От 3х-до 7 лет	42,89	61,77	271,45	1739,37	1925