

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 23.07.2026 года

Возрастная категория: от 2-3 лет, 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Г.В. Хозяенко



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
	Зеленый горошек	40	50	31,08	51,8
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	136,93	166
ИТОГО		395	465	415,17	521,66
2й завтрак	Банан	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с макаронными изд.	150	180	135,53	147,8
	Плов с говядиной	180	230	157,38	198,74
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	660	489,32	601,17
полдник	Кефир	160	180	147,2	165,6
	Печенье «курабье»	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		200	230	236,52	293,5
Ужин	Суп молочный ячневый	180	200	151,92	164,68
	Хлеб йодир.	40	50	67	70,5
	Кисель фруктовый	180	200	149,93	161,97
ИТОГО		400	450	368,85	397,15
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		33,14	41,62	229,33	1556,86
От 3х-до 7 лет		38,89	54,77	278,45	1860,48
					Выход,г
					1645
					1905