

Меню

основного питания

МБ ДОУ №22

на 27.08.2026 года

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ №22



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>	<i>Омлет</i>	150	180	156	166,92
	<i>Батон нарезной</i>	20	30	46,86	69,55
	<i>Масло сливочное</i>	5	5	39,66	39,66
	<i>Сыр</i>	5	5	43,68	43,68
	<i>Чай с сахаром</i>	180	200	55,45	51,62
Итого		360	420	341,65	371,43
<u>2-ой завтрак</u>	<i>компот из яблок</i>	100	100	47	47
Итого		100	100	47	47
<u>Обед</u>	<i>Свекольник</i>	150	180	95,53	107,8
	<i>Плов из говядины</i>	180	230	117,38	138,74
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	50	94	141
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	102,41	113,63
Итого		660	790	577,64	677,17
<u>Полдник</u>	<i>Кефир</i>	180	200	101,26	112,52
	<i>батон со сгущенным молоком</i>	40	60	77,52	109,21
Итого		220	260	178,78	221,73
<u>Ужин</u>	<i>Суп молочный пшеничный</i>	60	80	143,68	178,54
	<i>Хлеб йодированный</i>	40	50	59	66,92
	<i>Чай с сахаром</i>	180	200	55,45	51,62
Итого		400	460	398,23	442,68
<u>Итого за день</u>	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3-х лет	48,95	75,18	202,73	1543,3	1740
от 3х до 7 лет	64,9	106,75	289,86	1760,01	2030