

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 28. 09 2026года



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		
	каша манная молочная	150	180	195,22	225,02
	батон нарезной	20	30	46,86	69,55
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	53,77	51,62
Итого		205	235	140,29	160,83
<u>2-ой завтрак</u>	яблоко	100	100	47	47
		100	100	47	47
<u>Обед</u>	суп гороховый	150	180	93,53	107,8
	рыба с овощами	60	70	95,68	127,3
	каша гречневая	110	130	168,32	176
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	компот из сухофрукты	180	200	102,41	126
Итого		540	630	553,94	678,1
<u>Полдник</u>	молоко кипяченое	160	180	166,13	175,63
	пряник	40	50	101,26	112,52
Итого		200	230	89,32	288,15
<u>Ужин</u>	яйцо вареное	40	40	62,8	62,8
	каша геркулес вязкая	130	150	76,08	112,07
	хлеб ржаной	40	50	56,4	66,92
	кисель фруктовый	180	200	76,08	112,071
	Итого		390	440	271,36
<u>Итого за день</u>	Б	Ж	У	Ккал	Выход, гр.
от 1,5 до 3-х лет	37,24	35,65	209,52	220,14	1435
от 3х до 7 лет	47,23	48,05	284,1	287,22	1635