Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 16.06.2026 года

Утверждаю
Заведующего МБДОУ
Г.В. Хозяенко

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	180	200	165,73	190,3
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		385	435	342,32	403,53
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Борщ с капустой	150	180	75,12	84,52
	Гуляш из говядины	60	70	96,9	135,7
	Каша гречневая	110	130	143,82	180,73
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		540	630	512.25	655.58
полдник	Кефир	160	180	101,26	112,52
	Печенье овсяное	40	50	77,52	109,21
ИТОГО		200	230	178,78	221,73
Ужин	Запеканка твор.-манная со сметаной	150	170	167,16	200,5
	Хлеб йодированный	40	50	57	70,5
	Чай с сахаром	180	200	97,93	101,97
ИТОГО		370	420	322,09	372,97
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	44,75	49,41	206,53	1446,12	1595
От 3х-до 7 лет	56,88	62,6	264,76	1744,49	1815