

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 19.03.2026 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 от 3х	до 3х до 7 лет		
Завтрак	Омлет	150	180	160,5	192,6
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	136,93	166
ИТОГО		355	415	384,09	469,86
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с крупой	150	180	195,53	207,8
	Капуста тушеная с курицей	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
	Булочка	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		200	230	236,52	293,5
Ужин	Суп молочный с макаронными изд.	180	200	151,92	164,68
	Хлеб йодир.	40	50	67	70,5
	Кисель фруктовый	180	200	89,93	101,97
		400	450	308,85	337,15
ИТОГО					
ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	33,14	41,62	229,33	1530,3	1605
От 3х-до 7 лет	38,89	54,77	278,45	1818,78	1855