Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 21.04.2026 года

Утверждаю
Заведующего 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	Суп молочный пшеничный	180	200	165,73	190,3
	Батон нарезной	20	30	47	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	сыр	5	5	43,68	43,68
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		410	460	386	447,21
2й завтрак	Сок фруктовый	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Борщ со сметаной	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	1620
От 3х-до 7 лет	56,88	62,6	264,76	1744,49	1840