Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 21.05.2026 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 и лимоном	180	200	109,93	121,97
ИТОГО		360	420	400,5	469,51
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Свекольник	150	180	145,53	167,8
	Плов с говядиной	50	70	97,5	103,74
	Капуста квашеная	30	40	34,51	39,18
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		ИТОГО	670	586,66	709,87
полдник	Кефир	160	180	147,2	165,6
	Булочка	40	50	89,32	127,9
ИТОГО		ИТОГО	230	236,52	293,5
Ужин	Суп молочный пшенный	180	200	151,92	164,68
	Хлеб йодированный	40	50	67	70,5
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
ИТОГО		400	450	308,85	337,15

ИТОГО за день	Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет	33,14	41,62	229,33	1579,53	1620
От 3х-до 7 лет	38,89	54,77	278,45	1857,03	1870