

Меню
основного питания
МБ ДОУ №22
на 30.01.2026 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	Суп молочный пшеничный	180	200	179,92	192,88
	Батон нарезной	20	30	59	71,6
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66
	Чай с сахаром	180	200	89,93	101,97
	ИТОГО	355	435	368,51	406,11
2й завтрак	Компот из яблок	100	100	47	47
ИТОГО		100	100	47	47
Обед	Суп с макаронными изд.	150	180	95,53	107,8
	Котлета мясная	60	80	97,2	128,2
	Пюре картофельное	120	130	156	191
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63
ИТОГО		550	640	545,14	681,63
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63
	Хлеб с повидлом	40	50	97,52	109,21
ИТОГО		220	250	263,65	284,84
ужин	Вареники ленивые со сметаной	130/20	150/20	197,41	201,97
	Хлеб ржаной	40	50	57	70,5
	Кофейный нап. с молоком	180	200	133,92	166
	ИТОГО	370	420	388,33	438,47
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал
От 1,5х-3х лет		42,57	38,18	215,69	1612,63
От 3х-до 7 лет		55,45	41,06	275,98	1858,05
					Выход,г
					1595
					1845