



МБДОУ
№ 22 «Зайчик»
И.В. Самохина

МЕНЮ
на «14» мая 2026 года

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
ЗАВТРАК		
Каша пшённая молочная с маслом сливочным	200	202,6
Кофейный напиток на молоке	200	112,4
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
Итого за завтрак:	447	450,6
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100	43
Итого за 2-ой завтрак	100	43
ОБЕД		
Борщ сибирский на м/б	200	160,5
Котлета из мяса птицы	70	183,8
Картофельное пюре	130	113,2
Икра свекольная	60	65,9
Компот из сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
Итого за обед:	700	694,3
ПОЛДНИК		
Пудинг творожно-вермишелевый запеченный в сметане	120/30/120/30	333,2
Молоко кипячёное	200	104,8
Яблоко	100	67,2
Итого за полдник:	450	505,2
ВСЕГО:	1697	1693,1