

УТВЕРЖДАЮ



МБДОУ

№ 22 «Зайчик»

В. Самохина

**МЕНЮ**

на «18» мая 2026 го

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная с маслом сливочным	200	165
Чай сладкий	200	48
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>447</b>	<b>348,6</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
Сок фруктовый	100	43
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>100</b>	<b>43</b>
<b>ОБЕД</b>		
Суп картофельный с горохом на м/б	200	176,7
Колбаски мясные	70	235,5
Макаронные изделия отварные с мас.слив.	130	169,2
Огурец солёный	50	6,5
Компот из смеси сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
<b>Итого за обед:</b>	<b>690</b>	<b>758,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Яйца вареные	40	63
Икра из свеклы	60	65,9
Хлеб пшеничный	30	71
Кисель	200	120,6
Ватрушка с повидлом	60	201,7
<b>Итого за полдник:</b>	<b>390</b>	<b>522,2</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1627</b>	<b>1672,6</b>