

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
№ 22 «Зайчик»
В. Самохина



МЕНЮ

на «07» апреля 2026 г.

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	196
Какао на молоке	200	112,8
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
Итого за завтрак:	447	444,4
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100	43
Итого за 2-ой завтрак	100	43
ОБЕД		
Суп картофельный с клёцками на кур.б.	200	175,7
Плов из птицы с овощами	200	326,4
Томаты солёные	60	8,4
Компот из смеси сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
Итого за обед:	700	681,4
ПОЛДНИК		
Пудинг творожно-манный с молоком сгущённым	150/30	388,5
Кефир	200	106
Яблоко	100	67,2
Итого за полдник:	480	561,7
ВСЕГО:	1727	1730,5