

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

№ 22 «Зайчик»

Самохина



**МЕНЮ**

на «21» апреля 2026 года

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	196
Какао на молоке	200	112,8
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>447</b>	<b>444,4</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 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
<b>Итого за обед:</b>	<b>700</b>	<b>681,4</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Пудинг творожно-манный с молоком сгущённым	150/30	388,5
Кефир	200	106
Яблоко	100	67,2
<b>Итого за полдник:</b>	<b>480</b>	<b>561,7</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1727</b>	<b>1730,5</b>