УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 22 «Зайчик»
О.В. Самохина

МЕНЮ

на «29» апреля 2026 года

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	206,5
Чай сладкий	200	48
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
Сыр (порциями)	10	38,8
Итого за завтрак:	**457**	**428,9**
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100	43
Итого за 2-ой завтрак	**100**	**43**
ОБЕД		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	120,9
Мясо тушёное	70	208
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	130	154,8
Горошек зел.конс.	30	11,3
Компот из сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
Итого за обед:	**680**	**665,9**
ПОЛДНИК		
Яйцо вареное	40	61,3
Кисель	200	112,8
Пряники	30	109,8
Хлеб пшеничный	10	23,7
Хлеб ржаной	20	40,8
Картофель тушёный в мол.	130	113,2
Капуста тушёная	70	65,8
Итого за полдник:	**500**	**459,9**
ВСЕГО:	**1737**	**1597,7**