



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МКДОУ «Детский сад № 22 «Рябинушка»
Таушканова А.Н.

Меню на 03.02.2026 г.

Прем пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 17		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
З а в т р а к	Лапшевник с сыром	180	200	331,2	368,00	12,06	13,40	12,42	13,80	42,84	47,60
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Яблоки	130	130	123,5	123,50	1,95	1,95	0,65	0,65	27,3	27,30
Итого за завтрак:		356	419	489,92	585,58	15,92	18,51	19,71	24,06	63,2	75,14
Итого за второй завтрак:		130	130	123,5	123,5	1,95	1,95	0,65	0,65	27,3	27,3
о б е д	Суп из консервы Сайра	180	200	78	87,00	6,2	6,80	1,9	2,10	9,8	10,90
	Азу	180	200	307,8	342,00	15,77	17,53	11,97	13,30	26,51	29,46
	Кисель	150	180	84,75	101,70	0,08	0,09	0,08	0,09	20,93	25,11
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
Итого за обед:		565	647,5	597,05	685,87	26,13	29,43	14,58	16,26	82,57	96,52
п о л д н и к	Пирожок с морковью	70	70	249,18	249,18	6,83	6,83	9,9	9,90	0,79	0,79
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
Итого за полдник:		220	250	295,18	304,18	7,88	8,09	10,96	11,18	9,21	10,89
Итого за день:		1271	1446,5	1505,65	1699,13	51,88	57,98	45,9	52,15	182,28	209,85