

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

Меню на 05.02.2026 г.

Прием 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 19		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша геркулесовая	180	200	181,1	202,00	5,74	6,38	6,67	7,41	24,48	27,20
	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	150	150	66	66,00	0,6	0,60	0,6	0,60	14,7	14,70
Итого за завтрак:		356	419	339,82	419,58	9,6	11,49	13,96	17,67	44,84	54,74
Итого за второй завтрак:		150	150	66	66	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7
Обед	Суп овощной	180	200	59	87,00	1,2	1,50	2,4	5,20	9	9,80
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30
	Котлета из говядины	60	70	125	146,00	8,5	10,00	8,3	9,70	3,9	4,50
	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	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:		575	667,5	500,07	619,93	16,71	19,92	15,04	19,88	75,91	92,02
Полдник	Ватрушка со сметаной	65	65	223	223,00	5,6	5,60	8,4	8,40	32	32,00
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
Итого за полдник:		215	245	269	278	6,65	6,86	9,46	9,68	40,42	42,1
Итого за день:		1296	1481,5	1174,89	1383,51	33,56	38,87	39,06	47,83	175,87	203,56