

УТВЕРЖДАЮ:
 МКДОУ «Детский сад № 22 «Радивушка»
 Заведующий
 М.Ташканова С.Н.



Меню на 17.03.2026 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
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
День 7 З а в т р а к	Каша ячневая	180	200	175,2	195,00	5,4	6,00	4,68	5,30	30,36	33,70
	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 сыр 7/10	33	49	115,52	171,58	3,44	5,03	6,99	10,33	10,34	15,52
	10-00 Яблоки	0	150	0	142,50	0	2,25	0	0,75	0	31,50
	Итого за завтрак:	363	429	357,72	446,58	11,1	13,74	13,83	18,22	50,72	61,24
Итого за второй завтрак:		0	150	0	142,5	0	2,25	0	0,75	0	31,5
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
	Жаркое по домашнему	170	200	365,5	430,00	20,2	23,77	23,7	27,88	17,74	20,88
	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:		555	647,5	642,57	768,93	30,71	35,89	26,24	30,76	71,15	87,2
п о л д н и к	Булочка Веснушка	70	70	220,5	220,50	5,25	5,25	4,34	4,34	38,22	38,22
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	7,42	10,10
Итого за полдник:		220	250	266,5	275,5	6,3	6,51	5,4	5,62	45,64	48,32
Итого за день:		1138	1476,5	1266,79	1633,51	48,11	58,39	45,47	55,35	167,51	228,26