



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МКОУ «Детский сад №22 «Рябиночка»
Таушканова А.Н.

Меню на 31.03.2026 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
День 17 З а в т р а к		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
	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 Бананы	100	110	95	104,50	1,5	1,65	0,5	0,55	21	23,10
	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:	100	110	95	104,5	1,5	1,65	0,5	0,55	21	23,1
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 морковкой	70	70	249,18	249,18	6,83	6,83	9,9	9,90	29,48	29,48
	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	37,9	39,58
	Итого за день:	1241	1426,5	1477,15	1680,13	51,43	57,68	45,75	52,05	204,67	234,34