

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



Меню на 01.04.2026 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 |
|--|---------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | | лет | лет | лет | лет | лет | лет | лет | лет | лет | лет |
| | | Вес блюда | | Энергетическая ценность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| День 18 з а в т р а к | Каша "Дружба" | 180 | 200 | 158,4 | 175,00 | 4,4 | 5,00 | 5,28 | 5,90 | 23,76 | 26,40 |
| | Какао с молоком | 150 | 180 | 101 | 121,00 | 2,9 | 3,87 | 2,61 | 3,48 | 17,18 | 22,90 |
| | 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 Сок | | 150 | 150 | 69 | 69,00 | 0,75 | 0,75 | 0 | - | 15,15 | 15,15 |
| Итого за завтрак: | | 356 | 419 | 351,12 | 433,58 | 8,9 | 11,27 | 13,02 | 17,05 | 51,28 | 64,82 |
| Итого за второй завтрак: | | 150 | 150 | 69 | 69 | 0,75 | 0,75 | 0 | 0 | 15,15 | 15,15 |
| о б е д | Куриный бульон с гречками | 180 | 200 | 141,6 | 157,30 | 10,7 | 11,88 | 10,8 | 12,00 | 0,5 | 0,55 |
| | Макароны | 130 | 150 | 163 | 188,00 | 4,6 | 5,31 | 3,27 | 3,77 | 28,09 | 32,41 |
| | Суфле из курицы | 60 | 70 | 152 | 178,00 | 13,5 | 15,70 | 10,2 | 11,90 | 1,7 | 2,00 |
| | 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 |
| | Компот из кураги | 150 | 180 | 38,7 | 46,44 | 0,45 | 1,08 | 0 | - | 9,7 | 11,64 |
| | Соус том. сметан. | 20 | 30 | 18 | 26,00 | 0,2 | 0,40 | 1,5 | 2,20 | 0,9 | 1,30 |
| | Итого за обед: | | 595 | 697,5 | 639,8 | 750,91 | 33,53 | 39,38 | 26,4 | 30,64 | 66,22 |
| п о л д н и к | Запеканка творожная с изюмом | 100 | 100 | 184,16 | 184,16 | 16,19 | 16,19 | 9,57 | 9,57 | 17,09 | 17,09 |
| | Сгущенное молоко | 20 | 25 | 65,8 | 82,25 | 1,44 | 1,80 | 1,7 | 2,12 | 11,2 | 14,00 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 26 | 35,00 | 0,03 | 0,04 | 0,01 | 0,01 | 6,82 | 9,18 |
| Итого за полдник: | | 270 | 305 | 275,96 | 301,41 | 17,66 | 18,03 | 11,28 | 11,7 | 35,11 | 40,27 |
| Итого за день: | | 1371 | 1571,5 | 1335,88 | 1554,9 | 60,84 | 69,43 | 50,7 | 59,39 | 167,76 | 199,19 |