


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

Меню на 24.04.2026 г.

Прем пищи	Наименование блюда	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
		лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
з а в т р а к	Каша пшеничная	180	200	185,4	206,00	5,87	6,53	5,36	5,97	28,11	31,23
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	3,87	2,16	3,48	10,02	22,90
	Батон 20/30 масло 6/9 сыр 7/10	33	49	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:	363	429	344,12	423,58	9,73	12,8	12,65	17,12	48,47	69,65
	Итого за второй завтрак:	150	150	69	69	0,75	0,75	0	0	15,15	15,15
о б е д	Суп Харчо	180	200	92,03	102,26	6,46	7,18	2,65	2,94	10,58	11,76
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30
	Тефтели рыбные в сметанном соусе 60/20-70/30	80	100	63	74,00	8,2	9,60	1,2	1,40	4,8	5,60
	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 сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Салат свекла с огурцами солёными	50	60	51	61,00	0,6	0,70	4,1	4,90	3,8	4,60
	Итого за обед:	645	757,5	522,1	624,19	22,27	25,9	12,29	14,22	82,19	99,68
п о л д н и к	Печенье	50	70	240	288,00	3,5	4,20	10,5	12,60	33	39,60
	Молоко кипяченое	150	180	85	102,00	4,58	5,49	4,08	4,90	7,58	9,09
	Итого за полдник:	200	250	325	390	8,08	9,69	14,58	17,5	40,58	48,69
	Итого за день:	1358	1586,5	1260,22	1506,77	40,83	49,14	39,52	48,84	186,39	233,17