

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

Меню на 16.07.2026 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
День 14		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Суп молочный	180	180	112,26	118,82	3,95	4,17	5,51	5,54	11,47	12,84
	Какао с молоком	150	180	65,4	85,89	2,97	3,30	3,21	3,55	8,5	9,94
	Батон 20/30										
	масло 6/9	26	40	96,5	153,40	1,53	2,30	5,53	9,12	10,33	15,50
	10-00 Бананы	160	180	107,52	121,88	1,68	1,88	0,56	0,62	23,52	26,46
	Итого за завтрак:	356	400	274,16	358,11	8,45	9,77	14,25	18,21	30,3	38,28
	Итого за второй завтрак:	160	180	107,52	121,88	1,68	1,88	0,56	0,62	23,52	26,46
Обед	Рассольник со сметаной	150	180	95,44	134,99	3,84	6,00	4,98	7,35	8,72	10,90
	Рис отварной	120	150	92,21	128,41	1,92	3,04	2,68	2,04	20,12	32,00
	Печень по-строгановски 60/20-70/30	80	100	129,04	163,97	11,77	15,28	6,65	7,83	2,04	3,62
	Хлеб крестьянский	25	30	57,43	68,92	1,85	2,22	0,16	0,18	12,17	14,60
	Хлеб Чусовской	30	37,5	59,35	73,21	1,93	2,38	0,25	0,32	12,34	15,21
	Компот из кураги	150	180	37,35	45,72	0,41	0,50	0,02	0,03	8,8	10,76
	Салат из зеленого горошка с луком	50	60	33,23	39,87	1,34	1,60	1,57	1,88	3,46	4,15
	Итого за обед:	605	737,5	504,05	655,09	23,06	31,02	16,31	19,63	67,65	91,24
Полдник	Булочка дорожная	60	70	188,06	233,49	4,32	5,13	3,65	4,84	29,52	32,87
	Чай с лимоном	150	180	20,24	55,00	0,2	1,26	0,01	1,28	4,38	10,10
	Итого за полдник:	210	250	208,3	288,49	4,52	6,39	3,66	6,12	33,9	42,97
	Итого за день:	1331	1567,5	1094,03	1423,57	37,71	49,06	34,78	44,58	155,37	198,95