

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

Меню на 17.07.2026 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
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша пшеничная	180	180	125,06	128,84	4,51	5,34	5,7	6,07	20,27	24,01
	Кофейный напиток	150	180	70	99,95	2,96	3,29	3,1	3,41	9,22	13,79
	Батон 20/30 масло 6/9 сыр 7/10	33	49	98,54	142,16	3,19	4,67	7,66	11,34	10,33	15,49
	10-00 Сок	150		69		0,75		0		15,15	
	10-00 Напиток витошка		200		80,00		-	0	-		19,00
	Итого за завтрак:	363	409	293,6	370,95	10,66	13,3	16,46	20,82	39,82	53,29
	Итого за второй завтрак:	150	200	69	80	0,75	0	0	0	15,15	19
Обед	Суп Харчо	150	180	115,77	132,12	3,48	5,65	4,23	6,59	8,42	10,88
	Пюре картофельное	120	150	84,95	118,09	1,92	3,18	3,3	4,31	11,84	16,53
	Тефтели рыбные в сметанном соусе 60/20-70/30	80	100	161,48	220,15	17,53	20,50	9,34	11,76	7,64	8,16
	Хлеб крестьянский	25	30	34,45	45,94	1,11	1,48	0,09	0,12	7,3	9,74
	Хлеб Чусовской	30	37,5	59,35	73,21	1,93	2,38	0,25	0,32	12,34	15,21
	Компот из сухофруктов	150	180	23,22	27,09	0	-	0	-	5,81	6,78
	Салат из свежих огурцов	60	70	28,17	32,86	0,55	0,64	2,01	2,34	1,99	2,32
	Итого за обед:	615	747,5	507,39	649,46	26,52	33,83	19,22	25,44	55,34	69,62
Полдник	Печенье	50	70	128,5	171,99	3,75	6,00	4,9	7,84	37,2	59,52
	Молоко кипяченое	150	180	87,3	104,76	4,22	5,06	4,66	5,59	6,84	8,21
	Итого за полдник:	200	250	215,8	276,75	7,97	11,06	9,56	13,43	44,04	67,73
	Итого за день:	1328	1606,5	1085,79	1377,16	45,9	58,19	45,24	59,69	154,35	209,64