

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 16 февраля 2026**

(для детей от 1,5 до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет	130	5,25	3,3	8,5	208,55
	Кукуруза консервированная	40	0,36	1,88	2,37	27,84
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,4
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>390</b>	<b>18,54</b>	<b>19,92</b>	<b>36,1</b>	<b>397,48</b>
<b>ОБЕД</b>	Борщ Украинский	150	2,73	4,85	14,09	111,85
	Тефтели рыбные тушеные	60	6,76	3,97	7,36	119,09
	Каша вязкая (пшеничная)	110	3,75	1,88	20,74	109,66
	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,36	2,04	1,11	25,05
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>595</b>	<b>16,73</b>	<b>13,13</b>	<b>83,68</b>	<b>513,44</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Ватрушка с творогом	80	6,10	7,44	37,17	245,31
	Напиток кисломолочный	150	4,50	1,50	6,00	60
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>10,6</b>	<b>8,94</b>	<b>43,17</b>	<b>305,31</b>
<b>УЖИН</b>	Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	150	3,51	5,18	22,48	170,15
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Какао с молоком	180	3,46	3,65	10,60	89,17
	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>445</b>	<b>8,56</b>	<b>9,38</b>	<b>50,12</b>	<b>338,36</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1660</b>	<b>54,43</b>	<b>51,37</b>	<b>213,07</b>	<b>1584,44</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 16 февраля 2026**

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет	150	15,90	13,02	17,59	249,72
	Кукуруза консервированная	60	1,14	5,34	4,62	71,4
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>460</b>	<b>22,99</b>	<b>26,73</b>	<b>43,88</b>	<b>508,2</b>
<b>ОБЕД</b>	Борщ украинский	200	3,64	6,46	18,78	149,14
	Тефтели рыбные тушеные	80	8,34	5,30	9,81	158,79
	Каша вязкая (пшеничная)	130	4,43	2,22	24,51	129,6
	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,54	3,07	1,67	37,57
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>720</b>	<b>20,73</b>	<b>17,55</b>	<b>101,31</b>	<b>680,82</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Ватрушка с творогом	100	8,87	9,30	41,46	306,64
	Напиток кисломолочный	180	5,40	1,80	7,20	72
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>14,27</b>	<b>11,1</b>	<b>48,66</b>	<b>378,64</b>
<b>УЖИН</b>	Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	200	4,14	6,24	29,98	226,86
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>520</b>	<b>9,96</b>	<b>10,9</b>	<b>61,22</b>	<b>415,66</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1980</b>	<b>67,95</b>	<b>66,28</b>	<b>255,07</b>	<b>1983,32</b>