

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

Меню на 9 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	
ЗАВТРАК	Омлет	130	5,25	3,30	8,50	208,55
	Горох отварной (консервированный)	40	1,55	0,20	27,13	125,69
	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
	Чай с лимоном					
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	8,88	7,31	54,11	451,06
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	150	2,73	4,10	14,09	105,1
	Печень по - строгановски	60	5,43	4,19	14,64	126,86
	Каша рассыпчатая (гречневая)	110	2,85	2,86	25,81	141,26
	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
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА ОБЕД		595	13,41	13,58	96,03	575,91
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28
	Напиток кисломолочный	180	5,40	1,80	7,20	72
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		205	7,28	4,75	25,93	176,28
УЖИН	Каша жидкая молочная с крупой (пшеничной)	150	3,19	2,61	30,31	149,79
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Какао с молоком	180	3,46	3,65	10,60	89,17
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
ИТОГО ЗА УЖИН		445	8,24	6,41	57,95	318
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1525	39,81	32,05	234,02	1521,25

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

Меню на 9 февраля 2026

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Омлет	150	8,13	5,96	11,81	240,63
	Горох отварной (консервированный)	50	2,92	0,62	37,67	157,12
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		450	17	14,95	71,15	584,83
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	3,64	5,46	18,78	140,14
	Печень по-строгановски	80	7,91	5,26	16,19	169,15
	Соус сметанный	30	0,52	0,66	3,07	20,69
	Каша рассыпчатая (гречневая)	130	2,73	2,56	35,78	166,95
	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
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА ОБЕД		750	19,12	17,51	122,03	740,22
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие	50	3,75	5,90	37,45	208,55
	Напиток кисломолочный	200	6,00	2,00	8,00	80
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,75	7,9	45,45	288,55
УЖИН	Каша жидкая молочная с крупой (пшеничной)	200	3,92	3,48	38,08	199,72
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
ИТОГО ЗА УЖИН		520	9,74	8,14	69,32	388,52
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	55,61	48,5	307,95	2002,12