

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 27 марта 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>	Каша жидкая молочная с крупой (пшеничная)	150	2,65	2,65	32,93	161,87
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	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>365</b>	<b>6,75</b>	<b>8,88</b>	<b>48,22</b>	<b>292,31</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с клецками	150	3,35	5,32	15,72	125,33
	Плов из птицы	140	11,97	15,89	27,96	335,76
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	40	0,32	0,04	0,68	4
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Компот из сушеных фруктов	150	0,04	0,00	8,70	33,12
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540</b>	<b>18,3</b>	<b>21,69</b>	<b>77,68</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Бутерброды с повидлом	35	1,66	0,21	10,14	44,86
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>215</b>	<b>6,88</b>	<b>5,97</b>	<b>18,6</b>	<b>152,86</b>
<b>УЖИН</b>	Яйца вареные	49	6,22	5,64	0,34	76,93
	Рагу овощное (1-й вариант)	130	3,16	5,41	21,22	154,39
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>459</b>	<b>10,68</b>	<b>11,45</b>	<b>49,54</b>	<b>354,32</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1579</b>	<b>42,61</b>	<b>47,99</b>	<b>194,04</b>	<b>1410,02</b>

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 27 марта 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>	Каша жидкая молочная с крупой (пшеничная)	200	3,54	3,54	38,58	215,82
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
	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>450</b>	<b>9,61</b>	<b>11,34</b>	<b>59,32</b>	<b>388,38</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с клецками	200	4,46	7,10	20,96	167,1
	Плов из птицы	160	15,10	19,58	35,95	398,02
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	50	0,40	0,05	0,85	5
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Компот из сушеных фруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>660</b>	<b>22,89</b>	<b>27,23</b>	<b>96,56</b>	<b>739,58</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Бутерброды с повидлом	50	2,37	0,30	14,49	64,08
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>8,17</b>	<b>6,7</b>	<b>23,89</b>	<b>184,08</b>
<b>УЖИН</b>	Яйца вареные	49	6,22	5,64	0,34	76,93
	Рагу овощное (1-й вариант)	160	3,35	6,66	26,11	190,02
	Флоды и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>489</b>	<b>10,87</b>	<b>12,7</b>	<b>54,43</b>	<b>389,95</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1849</b>	<b>51,54</b>	<b>57,97</b>	<b>234,2</b>	<b>1701,99</b>