


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

Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ № 23  
  
Соболева О.А.

**Меню на 12 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>	Запеканка из творога	140	10,02	5,42	27,47	278,25
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Кофейный напиток с молоком	180	3,51	3,85	10,87	91,96
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>15,47</b>	<b>13,08</b>	<b>51,28</b>	<b>464,01</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с крупой (рис)	150	6,09	3,52	11,85	103,8
	Жаркое по-домашнему	150	10,97	11,74	19,64	290,44
	Икра свекольная	40	0,92	1,40	5,71	39
	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>550</b>	<b>20,64</b>	<b>17,1</b>	<b>70,52</b>	<b>578,68</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка осенняя	60	4,31	2,32	30,27	191,8
	Напиток кисломолочный	150	4,50	1,50	6,00	60
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>210</b>	<b>8,81</b>	<b>3,82</b>	<b>36,27</b>	<b>251,8</b>
<b>УЖИН</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,35	5,04	19,22	139,33
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>445</b>	<b>6,08</b>	<b>5,59</b>	<b>41,8</b>	<b>241,39</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1555</b>	<b>51</b>	<b>39,59</b>	<b>199,87</b>	<b>1535,88</b>

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

**Меню на 12 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>	Запеканка из творога	165	13,60	7,00	30,59	327,94
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	4,28	12,08	102,18
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>19,81</b>	<b>15,23</b>	<b>58,18</b>	<b>537,02</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с крупой (рис)	200	8,12	4,70	15,80	138,4
	Жаркое по-домашнему	200	13,96	13,66	26,18	313,92
	Икра свекольная	60	1,38	2,09	8,57	58,5
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	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>715</b>	<b>26,79</b>	<b>21</b>	<b>91,76</b>	<b>690,96</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка «Осенняя»	80	5,08	3,09	40,36	255,74
	Напиток кисломолочный	180	5,40	1,80	7,20	72
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>10,48</b>	<b>4,89</b>	<b>47,56</b>	<b>327,74</b>
<b>УЖИН</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,80	6,72	25,62	185,78
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>525</b>	<b>8,34</b>	<b>7,37</b>	<b>53,65</b>	<b>311,76</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1900</b>	<b>65,42</b>	<b>48,49</b>	<b>251,15</b>	<b>1867,48</b>