

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 20 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	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (ячневая)	150	2,37	5,16	18,93	139,48
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Какао с молоком	180	0,14	0,00	5,54	23,02
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	6,77	11,12	37,41	292,7
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	150	2,55	5,31	13,22	111,77
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	12,78	20,04	18,03	330,46
	Огурцы соленые	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
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА ОБЕД		580	19,17	25,99	74,73	634,55
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		205	7,1	8,71	27,19	212,28
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	60	5,86	4,60	6,22	120,75
	Винегрет овощной	130	5,36	3,04	21,67	134,55
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Чай с лимоном	180	3,46	3,65	10,60	89,17
ИТОГО ЗА УЖИН		485	16,27	11,84	55,53	423,51
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640	49,31	57,66	194,86	1563,04

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 20 марта 2026

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (ячневая)	200	3,82	6,88	25,24	185,98
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Какао с молоком	200	0,16	0,00	6,16	25,58
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		450	9,77	15,25	46,91	373,06
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	200	3,40	7,08	17,62	149,02
	Птица, тушеная в соусе с овощами	200	15,04	26,72	24,04	440,62
	Огурцы соленые	50	0,40	0,05	0,85	40,26
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Соки фруктовые	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	22,62	34,3	89,05	800,36
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие	50	3,75	5,90	37,45	208,55
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,55	12,3	46,85	328,55
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	80	8,48	6,14	8,30	161
	Винегрет овощной	150	6,18	3,51	25,01	155,25
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Чай с лимоном	200	3,84	4,06	11,78	99,08
ИТОГО ЗА УЖИН		550	20,48	14,31	64,55	505,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1950	62,42	76,16	247,36	2007,02