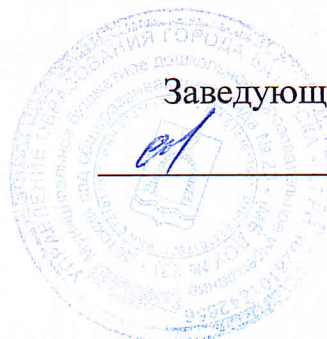


**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 24 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 | Каша жидкая молочная с крупой (манной) | 150 | 2,85 | 2,85 | 30,41 | 151,48 |
| | 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 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 360 | 8,3 | 10,51 | 54,22 | 337,24 |
| ОБЕД | Щи из свежей капусты с картофелем | 150 | 2,07 | 3,29 | 10,27 | 79,97 |
| | Котлеты рубленые | 60 | 6,83 | 7,05 | 14,62 | 137,48 |
| | Пюре картофельное | 110 | 2,65 | 3,78 | 16,43 | 110,88 |
| | Салат из свеклы с зеленым горошком | 40 | 2,08 | 2,12 | 6,75 | 53,52 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,04 | 0,24 | 14,96 | 69,6 |
| | Компот из сушеных фруктов | 150 | 0,04 | 0,00 | 8,70 | 33,12 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 565 | 15,9 | 16,63 | 78,97 | 516,61 |
| ПОЛДНИК | Булочка заводская | 50 | 3,83 | 7,84 | 30,38 | 206,32 |
| | Кисель молочный | 180 | 3,65 | 4,03 | 20,14 | 131,06 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 230 | 7,48 | 11,87 | 50,52 | 337,38 |
| УЖИН | Пудинг из творога с рисом | 135 | 8,20 | 8,36 | 11,91 | 240,16 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 |
| | Чай | 180 | 0,14 | 0,00 | 5,54 | 23,02 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 430 | 9,93 | 8,91 | 34,49 | 342,22 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1585 | 41,61 | 47,92 | 218,2 | 1533,45 |

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



Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

Меню на 24 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 | Каша жидкая молочная с крупой (манной) | 200 | 3,46 | 3,46 | 37,22 | 201,98 |
| | 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 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 435 | 9,67 | 11,69 | 64,81 | 411,06 |
| ОБЕД | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 2,76 | 4,38 | 13,70 | 106,62 |
| | Котлеты рубленые | 80 | 12,44 | 12,73 | 16,16 | 216,64 |
| | Пюре картофельное | 130 | 3,13 | 4,47 | 19,42 | 131,04 |
| | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 3,12 | 3,18 | 10,13 | 80,27 |
| | 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 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 720 | 24,38 | 25,26 | 98,21 | 704,03 |
| ПОЛДНИК | Булочка заводская | 50 | 3,83 | 7,84 | 30,38 | 206,32 |
| | Кисель молочный | 200 | 4,06 | 4,48 | 22,38 | 145,62 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 250 | 7,89 | 12,32 | 52,76 | 351,94 |
| УЖИН | Пудинг из творога с рисом | 170 | 12,92 | 6,83 | 18,99 | 302,43 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| | Чай | 200 | 0,16 | 0,00 | 6,16 | 25,58 |
| | Фрукты и ягоды свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 490 | 15,06 | 7,43 | 44,61 | 417,73 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1895 | 57 | 56,7 | 260,39 | 1884,76 |