

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



Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ № 23  
Соболева О.А.

**Меню на 25 марта 2026**  
(для детей от 1,5 до 3 лет)

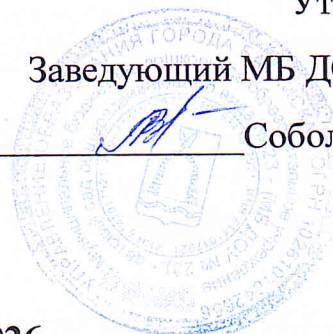
Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша жидкая молочная с крупой ("Геркулес")	150	3,15	4,38	29,09	154,33
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>5,23</b>	<b>8,19</b>	<b>47,57</b>	<b>271,15</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	150	4,20	2,73	14,86	102,35
	Бефстроганов из отварного мяса	60	8,25	9,98	4,59	187,58
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	1,84	1,50	29,51	168,65
	Салат из квашеной капусты	40	0,69	0,71	1,55	16,4
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,32	0,18	7,60	39,8
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Компот из сухофруктов	150	0,04	0,00	8,70	33,12
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>570</b>	<b>17,38</b>	<b>15,34</b>	<b>81,77</b>	<b>617,5</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка «Веснушка»	60	2,37	3,42	40,43	199,38
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>240</b>	<b>7,59</b>	<b>9,18</b>	<b>48,89</b>	<b>307,38</b>
<b>УЖИН</b>	Сельдь с луком	40	2,88	2,29	0,49	49,76
	Картофель отварной	110	2,33	2,54	18,70	107,26
	Горох отварной (консервированный)	40	9,55	0,50	22,13	125,69
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>485</b>	<b>17,25</b>	<b>5,88</b>	<b>76,54</b>	<b>437,75</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1655</b>	<b>47,45</b>	<b>38,59</b>	<b>254,77</b>	<b>1633,78</b>

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 25 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 ("Геркулес")	200	3,86	3,50	35,46	205,78
	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>435</b>	<b>6,33</b>	<b>7,45</b>	<b>57,13</b>	<b>338,26</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	200	5,60	3,64	19,82	136,46
	Бефстроганов из отварного мяса	80	11,66	11,31	6,12	203,44
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	2,72	2,13	34,88	199,32
	Салат из квашеной капусты	60	1,04	1,07	2,32	24,61
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,65	0,22	9,50	49,75
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>725</b>	<b>24,02</b>	<b>18,67</b>	<b>101,78</b>	<b>740,32</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка «Веснушка»	80	3,16	3,90	45,91	265,84
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>8,38</b>	<b>9,66</b>	<b>54,37</b>	<b>373,84</b>
<b>УЖИН</b>	Сельдь с луком	50	3,14	3,82	0,82	66,27
	Картофель отварной	130	2,76	3,00	22,10	126,76
	Горох отварной (консервированный)	50	2,92	0,62	37,67	157,12
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>535</b>	<b>12,1</b>	<b>8,09</b>	<b>100,64</b>	<b>526,55</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1955</b>	<b>50,83</b>	<b>43,87</b>	<b>313,92</b>	<b>1978,97</b>