

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 12 мая 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	Яйца вареные	40	6,22	5,64	0,34	76,93
	Каша ячневая	110	3,75	1,88	20,74	109,66
	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	3,46	3,65	10,60	89,17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	8,11	13,36	41,93	328,3
ОБЕД	Рассольник ленинградский	150	1,89	3,96	12,08	92,22
	Рыба тушеная с овощами	50	9,39	1,53	1,53	57,90
	Пюре картофельное	110	2,65	3,78	16,43	110,88
	Салат из квашеной капусты	40	0,60	1,37	3,52	28,78
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	16,82	24,5	62,9	566,48
ПОЛДНИК	Булочка заводская	50	3,83	7,84	30,38	206,32
	Ряженка	180	3,65	4,03	20,14	131,06
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	7,48	11,87	50,52	337,38
4УЖИН	Оладьи с повидлом	100	6,49	9,12	33,02	242,14
	Салат из моркови	40	0,52	0,04	4,76	21,58
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
ИТОГО ЗА УЖИН		395	8,58	9,55	56,44	346,98
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1535	40,99	59,28	211,79	1579,14

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 12 мая 2026

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Яйца вареные	40	6,22	5,64	0,34	76,93
	Каша ячневая	130	4,43	2,22	24,51	129,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	9,43	15,87	51,81	399,76
ОБЕД	Рассольник ленинградский	200	2,52	5,28	16,10	122,96
	Рыба тушеная с овощами	70	13,14	2,15	2,14	81,05
	Пюре картофельное	130	3,13	4,47	19,42	131,04
	Салат из квашеной капусты	60	0,90	2,06	5,28	43,16
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		715	21,65	32,87	81,23	746,32
ПОЛДНИК	Булочка заводская	50	3,83	7,84	30,38	206,32
	ряженка	200	4,06	4,48	22,38	145,62
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,89	12,32	52,76	351,94
УЖИН	Оладьи с повидлом	120	7,79	10,94	39,62	290,57
	Салат из моркови	60	0,78	0,06	7,13	32,37
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
ИТОГО ЗА УЖИН		465	10,92	11,49	70,86	430,12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1865	49,92	72,55	256,66	928,14