

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

**Меню на 29 июня 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>	Яйца вареные	40	5,25	3,30	8,50	208,55
	Каша ячневая	110	1,55	0,20	27,13	125,69
	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
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,4
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>390</b>	<b>11,2</b>	<b>10,26</b>	<b>54,11</b>	<b>451,06</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный перловый	150	2,73	4,10	14,09	105,1
	Биточки рыбные запеченные	60	5,43	4,19	14,64	126,86
	Каша рассыпчатая (гречневая)	110	2,85	2,86	25,81	141,26
	Икра кабачковая	40	0,36	2,04	1,11	25,05
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>595</b>	<b>13,41</b>	<b>13,58</b>	<b>96,03</b>	<b>575,91</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28
	Напиток кисломолочный	180	5,40	1,80	7,20	72
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>205</b>	<b>7,28</b>	<b>4,75</b>	<b>25,93</b>	<b>176,28</b>
<b>УЖИН</b>	Каша жидкая молочная с крупой (пшеничной)	150	3,19	2,61	30,31	149,79
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Какао с молоком	180	3,46	3,65	10,60	89,17
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>445</b>	<b>8,24</b>	<b>6,41</b>	<b>57,95</b>	<b>318</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1635</b>	<b>41,22</b>	<b>35,4</b>	<b>234,02</b>	<b>1557,65</b>

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 23

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 29 июня 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>	Яйца вареные	40	8,13	5,96	11,81	240,63
	Каша ячневая	130	2,92	0,62	37,67	157,12
	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
	Сыр порциями	15	3,48	4,42	0,00	54,6
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>450</b>	<b>17</b>	<b>14,95</b>	<b>71,15</b>	<b>584,83</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с перловкой	200	3,64	5,46	18,78	140,14
	Биточки рыбные запеченные	80	7,91	5,26	16,19	169,15
	Соус томатный	30	0,52	0,66	3,07	20,69
	Каша рассыпчатая (гречневая)	130	2,73	2,56	35,78	166,95
	Икра кабачковая	60	0,54	3,07	1,67	37,57
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>750</b>	<b>19,12</b>	<b>17,51</b>	<b>122,03</b>	<b>740,22</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Кондитерское изделие	50	3,75	5,90	37,45	208,55
	Напиток кисломолочный	200	6,00	2,00	8,00	80
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>9,75</b>	<b>7,9</b>	<b>45,45</b>	<b>288,55</b>
<b>УЖИН</b>	Каша жидкая молочная с крупой (пшеничной)	200	3,92	3,48	38,08	199,72
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>520</b>	<b>9,74</b>	<b>8,14</b>	<b>69,32</b>	<b>388,52</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1970</b>	<b>55,61</b>	<b>48,5</b>	<b>307,95</b>	<b>2002,12</b>