

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

Меню на 03 августа 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	Омлет	130	5,25	3,3	8,5	208,55
	Кукуруза консервированная	40	0,36	1,88	2,37	27,84
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		390	18,54	19,92	36,1	397,48
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	5,21	5,07	10,05	107
	Тефтели рыбные тушеные	60	6,76	3,97	7,36	119,09
	Каша вязкая (пшеничная)	110	3,75	1,88	20,74	109,66
	Салат из белокочанной капусты	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
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА ОБЕД		595	16,73	13,13	83,68	513,44
ПОЛДНИК	Ватрушка с повидлом	80	6,10	7,44	37,17	245,31
	Напиток кисломолочный	150	4,50	1,50	6,00	60
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	10,6	8,94	43,17	305,31
УЖИН	Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	150	3,51	5,18	22,48	170,15
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Какао с молоком	180	3,46	3,65	10,60	89,17
ИТОГО ЗА УЖИН		445	8,56	9,38	50,12	338,36
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660	54,43	51,37	213,07	1584,44

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

И Соболева О.А.

Меню на 03 августа 2026

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Омлет	150	15,90	13,02	17,59	249,72
	Кукуруза консервированная	60	1,14	5,34	4,62	71,4
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		480	22,99	26,73	43,88	508,2
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,84	9,10	15,70	180,76
	Тефтели рыбные тушеные	80	8,34	5,30	9,81	158,79
	Каша вязкая (пшеничная)	130	4,43	2,22	24,51	129,6
	Салат из белокочанной капусты	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
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	20,73	17,55	101,31	680,82
ПОЛДНИК	Ватрушка с повидлом	100	8,87	9,30	41,46	306,64
	Напиток кисломолочный	180	5,40	1,80	7,20	72
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	14,27	11,1	48,66	378,64
УЖИН	Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	200	4,14	6,24	29,98	226,86
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
ИТОГО ЗА УЖИН		520	9,96	10,9	61,22	415,66
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1980	67,95	66,28	255,07	1983,32