

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

Меню на 16 сентября 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	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140	11,85	14,10	23,06	305,3
	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		350	17,3	21,76	46,87	491,06
ОБЕД	Свекольник	150	2,08	4,80	12,53	102,17
	Гуляш из отварного мяса	60	9,11	15,69	4,46	223,73
	Пюре картофельное	110	2,65	3,78	16,43	110,88
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,32	0,04	1,00	5,6
	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 сушеных фруктов	150	0,35	0,06	24,09	97,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	16,87	24,79	81,07	648,97
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	60	5,94	5,87	34,83	217,51
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	11,16	11,63	43,29	325,51
УЖИН	Суп молочный с крупой (пшениной)	150	3,59	5,46	19,09	143,83
	Плоды и ягоды свежие	60	0,24	0,24	5,88	28,2
	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		405	5,16	5,85	37,75	227,09
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1565	50,49	64,03	208,98	1692,63

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

 Соболева О.А.



Меню на 16 сентября 2026

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Запеканка из творога со сгущенным молоком	165	15,76	16,62	27,18	359,82
	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		400	21,97	24,85	54,77	568,9
ОБЕД	Свекольник	200	2,78	6,40	16,70	136,22
	Гуляш из отварного мяса	80	11,48	20,92	5,94	298,3
	Пюре картофельное	130	3,13	4,47	19,42	131,04
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	0,4	0,05	1,25	7
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Компот из сушеных фруктов	180	0,41	0,07	28,91	116,62
ИТОГО ЗА ОБЕД		715	21,48	32,46	102,99	829,58
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	70	6,93	6,85	40,63	253,76
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	12,73	13,25	50,03	373,76
УЖИН	Суп молочный с крупой (пшенной)	200	4,12	7,28	25,46	191,78
	Фрукты и ягоды свежие	60	0,24	0,24	5,88	28,2
	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		485	6,5	7,77	49,57	298,96
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1870	62,68	78,33	257,36	2071,20