

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 8 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            |                                |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Каша жидкая молочная с крупой (манной) | 150         | 2,85                 | 2,85         | 30,41        | 151,48                         |
|                         | 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                          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |                                        | <b>360</b>  | <b>8,3</b>           | <b>10,51</b> | <b>54,22</b> | <b>337,24</b>                  |
| <b>ОБЕД</b>             | Суп картофельный с перловой крупой     | 150         | 1,94                 | 2,04         | 12,34        | 75,42                          |
|                         | Котлеты рубленые                       | 60          | 6,83                 | 7,05         | 14,62        | 137,48                         |
|                         | Пюре картофельное                      | 110         | 2,65                 | 3,78         | 16,43        | 110,88                         |
|                         | Салат из свежих помидор с луком        | 40          | 0,29                 | 2,08         | 1,92         | 27,22                          |
|                         | Хлеб пшеничный                         | 15          | 1,19                 | 0,15         | 7,24         | 32,04                          |
|                         | Хлеб ржаной                            | 40          | 1,04                 | 0,24         | 14,96        | 69,6                           |
|                         | Компот из сушеных фруктов              | 150         | 0,04                 | 0,00         | 8,70         | 33,12                          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |                                        | <b>565</b>  | <b>13,98</b>         | <b>15,34</b> | <b>76,21</b> | <b>485,76</b>                  |
| <b>ПОЛДНИК</b>          | Булочка заводская                      | 50          | 3,83                 | 7,84         | 30,38        | 206,32                         |
|                         | Напиток кисломолочный                  | 180         | 5,40                 | 1,80         | 7,20         | 72                             |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |                                        | <b>230</b>  | <b>9,23</b>          | <b>9,64</b>  | <b>37,58</b> | <b>278,32</b>                  |
| <b>УЖИН</b>             | Пудинг из творога с рисом              | 135         | 8,20                 | 8,36         | 11,91        | 240,16                         |
|                         | Хлеб пшеничный                         | 15          | 1,19                 | 0,15         | 7,24         | 32,04                          |
|                         | Чай с лимоном                          | 180         | 0,14                 | 0,00         | 5,54         | 23,02                          |
|                         | Фрукты свежие                          | 100         | 0,40                 | 0,40         | 9,80         | 47                             |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |                                        | <b>430</b>  | <b>9,93</b>          | <b>8,91</b>  | <b>34,49</b> | <b>342,22</b>                  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |                                        | <b>1585</b> | <b>41,44</b>         | <b>44,4</b>  | <b>202,5</b> | <b>1443,54</b>                 |

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 8 сентября 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 (манной) | 200         | 3,46                 | 3,46         | 37,22         | 201,98                         |
|                         | 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                         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |                                        | <b>435</b>  | <b>9,67</b>          | <b>11,69</b> | <b>64,81</b>  | <b>411,06</b>                  |
| <b>ОБЕД</b>             | Суп картофельный с перловой крупой     | 200         | 2,15                 | 2,27         | 13,71         | 83,8                           |
|                         | Котлеты рубленые                       | 80          | 12,44                | 12,73        | 16,16         | 216,64                         |
|                         | Пюре картофельное                      | 130         | 3,13                 | 4,47         | 19,42         | 131,04                         |
|                         | Салат из свежих помидор с луком        | 60          | 0,43                 | 2,11         | 2,84          | 31,61                          |
|                         | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,58                 | 0,20         | 9,66          | 42,72                          |
|                         | Хлеб ржаной                            | 50          | 1,30                 | 0,30         | 18,70         | 87                             |
|                         | Компот из сушеных фруктов              | 180         | 0,05                 | 0,00         | 10,44         | 39,74                          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |                                        | <b>720</b>  | <b>21,08</b>         | <b>22,08</b> | <b>90,93</b>  | <b>632,55</b>                  |
| <b>ПОЛДНИК</b>          | Булочка заводская                      | 50          | 3,83                 | 7,84         | 30,38         | 206,32                         |
|                         | Напиток кисломолочный                  | 200         | 6,00                 | 2,00         | 8,00          | 80                             |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |                                        | <b>250</b>  | <b>9,83</b>          | <b>9,84</b>  | <b>38,38</b>  | <b>286,32</b>                  |
| <b>УЖИН</b>             | Пудинг из творога с рисом              | 170         | 12,92                | 6,83         | 18,99         | 302,43                         |
|                         | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,58                 | 0,20         | 9,66          | 42,72                          |
|                         | Чай с лимоном                          | 200         | 0,16                 | 0,00         | 6,16          | 25,58                          |
|                         | Фрукты и ягоды свежие                  | 100         | 0,40                 | 0,40         | 9,80          | 47                             |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |                                        | <b>490</b>  | <b>15,06</b>         | <b>7,43</b>  | <b>44,61</b>  | <b>417,73</b>                  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |                                        | <b>1895</b> | <b>55,64</b>         | <b>51,04</b> | <b>238,73</b> | <b>1747,66</b>                 |