

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

Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ № 23  
Соболева О.А.



**Меню на 21 ноября 2023**

(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>	Щи из свежей капусты с картофелем	150	2,07	3,29	10,27	79,97
	Котлеты рубленные	60	6,83	7,05	14,62	137,48
	Пюре картофельное	110	2,65	3,78	16,43	110,88
	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	2,08	2,12	6,75	53,52
	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>15,9</b>	<b>16,63</b>	<b>78,97</b>	<b>516,61</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка "Домашняя" заводская	50	3,83	7,84	30,38	206,32
	Кисель молочный	180	3,65	4,03	20,14	131,06
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>7,48</b>	<b>11,87</b>	<b>50,52</b>	<b>337,38</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
	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
<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>41,61</b>	<b>47,92</b>	<b>218,2</b>	<b>1533,45</b>

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


 Утверждаю  
 Заведующий МБ ДОУ № 23  
 Соболева О.А.

**Меню на 21 ноября 2023**

(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>	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,76	4,38	13,70	106,62
	Котлеты рубленные	80	12,44	12,73	16,16	216,64
	Пюре картофельное	130	3,13	4,47	19,42	131,04
	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	3,12	3,18	10,13	80,27
	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>24,38</b>	<b>25,26</b>	<b>98,21</b>	<b>704,03</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка "Домашняя" заводская	50	3,83	7,84	30,38	206,32
	Кисель молочный	200	4,06	4,48	22,38	145,62
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>7,89</b>	<b>12,32</b>	<b>52,76</b>	<b>351,94</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
	Свежее яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
<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>57</b>	<b>56,7</b>	<b>260,39</b>	<b>1884,76</b>