

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



Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.

Меню на 1 марта 2024

(для детей от 1,5 до 3 лет)

| Прием пищи | Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с крупой (ячневая) | 150 | 2,37 | 5,16 | 18,93 | 139,48 |
| | Батон | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,5 |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 |
| | Сыр порциями | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,4 |
| | Чай с лимоном | 180 | 0,14 | 0,00 | 5,54 | 23,02 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 370 | 6,77 | 11,92 | 37,41 | 292,7 |
| ОБЕД | Суп крестьянский с крупой | 150 | 2,55 | 5,31 | 13,22 | 111,77 |
| | Птица, тушенная в соусе с овощами | 150 | 12,78 | 20,04 | 18,03 | 330,46 |
| | Помидоры соленые | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 4 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| | 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 | | 580 | 19,17 | 25,83 | 74,73 | 634,55 |
| ПОЛДНИК | Кондитерское изделие | 25 | 1,88 | 2,95 | 18,73 | 104,28 |
| | Молоко кипяченое | 180 | 5,22 | 5,76 | 8,46 | 108 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 205 | 7,1 | 8,71 | 27,19 | 212,28 |
| УЖИН | Шницель рыбный натуральный | 60 | 5,86 | 4,60 | 6,22 | 120,75 |
| | Винегрет овощной | 130 | 5,36 | 3,04 | 21,67 | 134,55 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 |
| | Плоды и ягоды свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,46 | 3,65 | 10,60 | 89,17 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 485 | 16,27 | 11,84 | 55,53 | 423,51 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1640 | 49,31 | 58,3 | 194,86 | 1563,04 |

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 1 марта 2024

(для детей от 3 до 7 лет)

| Прием пищи | Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с крупой (ячневая) | 200 | 3,82 | 6,88 | 25,24 | 185,98 |
| | Батон | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,6 |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 |
| | Сыр порциями | 15 | 3,48 | 4,42 | 0,00 | 54,6 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,16 | 0,00 | 6,16 | 25,58 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 450 | 9,77 | 15,25 | 46,91 | 373,06 |
| ОБЕД | Суп крестьянский с крупой | 200 | 3,40 | 7,08 | 17,62 | 149,02 |
| | Птица, тушенная в соусе с овощами | 200 | 15,04 | 26,72 | 24,04 | 440,62 |
| | Помидоры соленые | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 5 |
| | 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 | | 700 | 21,72 | 34,35 | 89,05 | 800,36 |
| ПОЛДНИК | Кондитерское изделие | 50 | 3,75 | 5,90 | 37,45 | 208,55 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 250 | 9,55 | 12,3 | 46,85 | 328,55 |
| УЖИН | Шницель рыбный натуральный | 80 | 8,48 | 6,14 | 8,30 | 161 |
| | Винегрет овощной | 150 | 6,18 | 3,51 | 25,01 | 155,25 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| | Плоды и ягоды свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,84 | 4,06 | 11,78 | 99,08 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 550 | 20,48 | 14,31 | 64,55 | 505,05 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 1950 | 61,52 | 76,21 | 247,36 | 2007,02 |