МБДОУ ЦРР – детский сад № 21

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ЦРР детского сада №21
М.В.Свит

20.11.2026

Ежедневное меню основного питания для всех возрастных групп детей

23.11.2026

	Наименование	Дети с 2-3 лет	Дети с 3-7 лет	Калории (ккал)/ %
Завтрак	Макароны отварные	150	200	200
	Батон с маслом	20/7	30/8	130
	Чай с сахаром	180	200	70
Завтрак 2	Напиток из шиповника	150	180	70
	Итого за завтрак			**470 (26%)**
Обед	Свекла порционная (отварная)	40	50	20
	Щи со сметаной	150	180	120
	Гречка отварная	110	130	230
	Биточки мясные с овощным соусом	60/20	70/30	180
	Компот из кураги	150	180	90
	Хлеб ржаной	40	50	50
	Итого за обед			**690 (39%)**
Уплотненный полдник	Запеканка творожно - рисовая	180	200	350
	Кофейный напиток с молоком	180	200	80
	Хлеб пшеничный	30	40	50
	Кондитерские изделия: Печенье	20	40	160
	Итого за уплотненный полдник			**640 (35%)**
Итого за день				**1800 (100%)**