

Заведующий «МБДОУ 225»  
\_\_\_\_\_ Т.В.Морозова

«11» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 392.34 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда                   | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|--------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Суп молочный с макаронными изделиями | 200                  | 168                           |
| 2        | Хлеб пшеничный формовой              | 42                   | 102                           |
| 3        | Масло сливочное (порциями)           | 5                    | 37                            |
| 4        | Какао с молоком                      | 200                  | 83                            |

**Завтрак 2 84.29 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда                | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|-----------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 183                  | 84                            |

**Обед 608.82 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда                  | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|-------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Суп картофельный с крупой (пшенной) | 200                  | 108                           |
| 2        | Рагу овощное с мясом                | 200                  | 321                           |
| 3        | Овощи свежие (порциями) помидор     | 67                   | 12                            |
| 4        | Хлеб ржаной                         | 46                   | 111                           |
| 5        | Компот из смеси сухофруктов         | 180                  | 54                            |

**Полдник 252.60 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда            | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|-------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Фрукты свежие (яблоки)        | 100                  | 52                            |
| 2        | Печенье                       | 25                   | 104                           |
| 3        | Кисломолочный напиток (кефир) | 181                  | 96                            |

**Ужин 462.54 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда                              | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|-------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом | 80                   | 175                           |
| 2        | Пюре картофельное                               | 130                  | 128                           |
| 3        | Икра свекольная                                 | 60                   | 53                            |
| 4        | Хлеб пшеничный формовой                         | 31                   | 77                            |
| 5        | Чай с сахаром                                   | 200                  | 28                            |

Итого ккал за день: 1800.59