

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«06» августа 2025г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 389.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1			
2	Суп молочный с макаронными изделиями	200	169
3	Хлеб пшеничный формовой	40	98
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
	Какао с молоком	200	84

Завтрак 2 83.90 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	182	83

Обед 564.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
	Суп картофельный с крупой (пшениной)	200	108
	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	286
	Овощи свежие (порциями) помидор	56	10
	Хлеб ржаной	43	104
	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 254.22 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
	Печенье	25	104
	Кисломолочный напиток (кефир)	184	97

Ужин 463.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	179
	Пюре картофельное	130	128
	Икра свекольная	60	53
	Хлеб пшеничный формовой	30	73
	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1755.78



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«06» августа 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ**

Завтрак 310.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	125
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	180	74

Завтрак 2 82.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82

Обед 485.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой (пшенной)	150	87
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	150	248
3	Овощи свежие (порциями) помидор	40	7
4	Хлеб ржаной	40	96
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45

Полдник 212.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	95	49
2	Печенье	20	83
3	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 363.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	60	129
2	Пюре картофельное	110	111
3	Икра свекольная	40	36
4	Хлеб пшеничный формовой	25	60
5	Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1453.90