



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«09» октября 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 429.47 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Биточки рыбные	80	138
Картофель отварной с маслом	130	137
Хлеб пшеничный йодированный	36	88
Масло сливочное (порциями)	5	37
Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 704.01 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный вегетарианский	200	103
Гуляш из отварного мяса	67	177
Макаронные изделия отварные	130	194
Икра кабачковая	60	44
Хлеб ржаной	52	128
Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 321.19 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Крендель сахарный	70	224
Кисломолочный напиток (кефир)	181	96

Ужин 451.29 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Каша рисовая молочная жидкая	200	203
Хлеб пшеничный йодированный	36	88
Яйцо вареное	49	76
Какао с молоком	200	81

Итого ккал за день: 1957.96



Заслуженный «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«09» октября 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 429.47 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Биточки рыбные	80	138
Картофель отварной с маслом	130	137
Хлеб пшеничный йодированный	36	88
Масло сливочное (порциями)	5	37
Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 704.01 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный вегетарианский	200	103
Гуляш из отварного мяса	67	177
Макаронные изделия отварные	130	194
Икра кабачковая	60	44
Хлеб ржаной	52	128
Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 321.19 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Крендель сахарный	70	224
Кисломолочный напиток (кефир)	181	96

Ужин 451.29 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Каша рисовая молочная жидкая	200	203
Хлеб пшеничный йодированный	36	88
Яйцо вареное	49	76
Какао с молоком	200	81

Итого ккал за день: 1957.96