



Заведующий «МБДОУ 225»

Г.В.Морозова

«15» октября 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ**

Завтрак 310.00 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп молочный с макаронными изделиями	150	125
Хлеб пшеничный формовой	30	72
Масло сливочное (порциями)	5	37
Какао с молоком	180	74

Завтрак 2 82.80 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82

Обед 490.81 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный с крупой (пшенной)	150	87
Перец, фаршированный мясом и рисом	150	253
Овощи свежие (порциями) помидор	40	7
Хлеб ржаной	40	96
Компот из смеси сухофруктов	150	45

Полдник 212.30 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	95	49
Печенье	20	83
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 363.03 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	60	129
Пюре картофельное	110	111
Икра свекольная	40	36
Хлеб пшеничный формовой	25	60
Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1458.94



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«15» Октября 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 386.55 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169
Хлеб пшеничный формовой	39	95
Масло сливочное (порциями)	5	37
Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 84.20 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Соки овощные, фруктовые и ягодные	183	84

Обед 617.01 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный с крупой (пшенной)	200	108
Перец, фаршированный мясом и рисом	200	313
Овощи свежие (порциями) помидор	54	9
Хлеб ржаной	53	130
Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 251.59 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	100	52
Печенье	25	104
Кисломолочный напиток (кефир)	179	95

Ужин 465.75 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Эрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	183
Пюре картофельное	130	128
Икра свекольная	60	53
Хлеб пшеничный формовой	29	71
Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1805.10