

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова

«10» февраля 2026г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ САД

Завтрак 300.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшенной	200	138.99
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95.90
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 67.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	147	67,72

Обед 588.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	92.51
2	Биточки из птицы припущенные	70	151.31
3	Пюре картофельное	130	128.50
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	46	112.92
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 310,40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	192	101.90

Ужин 509,21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	148	310.75
2	Хлеб пшеничный формовой	24	59.94
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
4	Кофейный напиток с молоком	200	86.52

Итого ккал за день: 1775.79

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«10» февраля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ЯСЛИ

Завтрак 249.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшенной	150	114.71
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Чай с сахаром	180	24.49

Завтрак 2 69.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00

Обед 506.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
* 1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	82.34
2	Биточки из птицы припущенные	60	139.93
3	Пюре картофельное	110	111.91
4	Овощи отварные (свекла)	40	27.06
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	48.74

Полдник 178.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	20	83.40
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 443.34 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	130	268.27
2	Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
3	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1447.12