

Заведующий «МБДОУ: 225»  
Т.В. Морозова

«25» февраля 2026г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ЯСЛИ

Завтрак 292.79 ккал

| № п/п | Наименование блюда           | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Суп молочный с крупой манной | 150               | 102.92                     |
| 2     | Хлеб пшеничный формовой      | 18                | 45.62                      |
| 3     | Масло сливочное (порциями)   | 5                 | 37.40                      |
| 4     | Сыр полутвердый (порциями)   | 9                 | 32.67                      |
| 5     | Какао с молоком              | 180               | 74.18                      |

Завтрак 2 72.00 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|--------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Сок яблочный       | 150               | 72.00                      |

Обед 458.71 ккал

| № п/п | Наименование блюда          | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-----------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Суп картофельный с крупой   | 150               | 87.02                      |
| 2     | Кнели говяжьи с рисом       | 60                | 147.84                     |
| 3     | Капуста тушеная             | 110               | 78.31                      |
| 4     | Хлеб ржаной                 | 40                | 96.80                      |
| 5     | Компот из смеси сухофруктов | 150               | 48.74                      |

Полдник 174.52 ккал

| № п/п | Наименование блюда            | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Фрукты свежие (яблоки)        | 95                | 49.40                      |
| 2     | Хлеб пшеничный                | 18                | 45.62                      |
| 3     | Кисломолочный напиток (кефир) | 150               | 79.50                      |

Ужин 342.85 ккал

| № п/п | Наименование блюда                      | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|---|-------------------|----------------------------|
| 1     | Рыба отварная                           | 60                | 66.40                      |
| 2     | Картофель, запеченный в сметанном соусе | 110               | 148.01                     |
| 3     | Икра морковная                          | 40                | 34.16                      |
| 4     | Хлеб пшеничный формовой                 | 28                | 69.79                      |
| 5     | Чай с сахаром                           | 180               | 24.49                      |

Итого ккал за день: 1340.87

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В. Морозова

«25» февраля 2026г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

Завтрак 368.06 ккал

| № п/п | Наименование блюда           | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Суп молочный с крупой манной | 200               | 124.93                     |
| 2     | Хлеб пшеничный формовой      | 30                | 74.17                      |
| 3     | Масло сливочное (порциями)   | 5                 | 37.40                      |
| 4     | Сыр полутвердый (порциями)   | 13                | 47.19                      |
| 5     | Какао с молоком              | 200               | 84.37                      |

Завтрак 2 78.68 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|--------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Сок яблочный       | 163               | 78.68                      |

Обед 572.13 ккал

| № п/п | Наименование блюда          | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-----------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Суп картофельный с крупой   | 200               | 108.72                     |
| 2     | Кнели говяжьи с рисом       | 76                | 188.25                     |
| 3     | Капуста тушеная             | 130               | 97.27                      |
| 4     | Хлеб ржаной                 | 49                | 120.08                     |
| 5     | Компот из смеси сухофруктов | 180               | 57.81                      |

Полдник 223.26 ккал

| № п/п | Наименование блюда            | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1     | Фрукты свежие (яблоки)        | 100               | 52.00                      |
| 2     | Хлеб пшеничный                | 30                | 74.17                      |
| 3     | Кисломолочный напиток (кефир) | 183               | 97.09                      |

Ужин 384.34 ккал

| № п/п | Наименование блюда                      | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|---|-------------------|----------------------------|
| 1     | Рыба отварная                           | 82                | 76.58                      |
| 2     | Картофель, запеченный в сметанном соусе | 130               | 179.81                     |
| 3     | Икра морковная                          | 60                | 50.48                      |
| 4     | Хлеб пшеничный формовой                 | 20                | 49.44                      |
| 5     | Чай с сахаром                           | 200               | 28.03                      |

Итого ккал за день: 1626.47