

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 330.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	90	124.42
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	39.20
3	Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
6	Чай с сахаром	180	24.49

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 611.79 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	82.34
2	Птица в соусе с томатом	60	244.94
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 329.04 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	60	249.54
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 340.71 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	150	113.99
2	Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1664.32

Заведующий «МБДОУ № 225»
Т.В. Морозова

«30» марта 2026г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 466.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	130	194.90
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	61	60.11
3	Хлеб пшеничный йодированный	41	99.24
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
6	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 723.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	92.51
2	Птица в соусе с томатом	80	288.57
3	Пюре картофельное	130	129.47
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	45	110.52
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 384.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	290.57
2	Кисломолочный напиток (кефир)	178	94.40

Ужин 411.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	143.90
2	Хлеб пшеничный йодированный	41	99.24
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Кофейный напиток с молоком	200	91.41

Итого ккал за день: 2039.21