



Заведующий «МБДОУ 225»
И.В. Морозова
«00» апреля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 373.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	100	167.47
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 72.00 ккал

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

Обед 666.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	150	105.74
2	Птица тушеная	60	238.88
3	Макаронные изделия отварные	110	152.42
4	Овощи отварные (морковь)	40	23.70
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	48.74

Полдник 294.59 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сдоба обыкновенная (плюшка)	60	215.09
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 349.81 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	149.81
2	Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
3	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
4	Молоко кипяченое	150	78.00

Итого ккал за день: 1756.51



Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова
20 апреля 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 468.43 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	198.45
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	59	58.14
3	Хлеб пшеничный йодированный	41	99.22
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
6	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 80.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	168	80.40

Обед 843.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
2	Птица тушеная	80	300.14
3	Макаронные изделия отварные	130	194.90
4	Овощи отварные (морковь)	60	40.05
5	Хлеб ржаной	49	120.18
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 338.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	244.13
2	Кисломолочный напиток (кефир)	177	94.20

Ужин 459.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	212.41
2	Хлеб пшеничный йодированный	41	99.22
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
4	Молоко кипяченое	183	95.47

Итого ккал за день: 2190.08