

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В. Морозова

«28» апреля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

Завтрак 427.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	212.24
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93.58
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Какао с молоком	200	84.58

Завтрак 2 79.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	165	79.09

Обед 696.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	154.68
2	Суфле из печени	80	149.20
3	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	130	160.14
4	Капуста тушеная	60	50.86
5	Хлеб ржаной	51	123.73
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 314.50 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	200	106.00

Ужин 498.79 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	118	260.14
2	Соус молочный сладкий	50	65.04
3	Хлеб пшеничный формовой	38	93.58
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
5	Чай с сахаром	200	28.03

Итого ккал за день: 2016.60

Заведующий «МБДОУ «ЦДБС  
Т.В. Морозова»

«28» апреля 2028г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ЯСЛИ

Завтрак 348.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	149.81
2	Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	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 565.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	132.84
2	Суфле из печени	60	135.66
3	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	110	116.94
4	Капуста тушеная	40	34.99
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 374.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	100	194.76
2	Соус молочный сладкий	40	45.18
3	Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
4	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
5	Чай с сахаром	180	24.49

Итого ккал за день: 1537.19