

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова

«02» марта 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 462.34 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	130	194.90
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	59.49
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	95.37
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.15
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 747.16 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	128.22
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	55	134.96
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 383.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	289.38
2	Кисломолочный напиток (кефир)	178	94.60

Ужин 393.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	136.30
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	95.37
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Кофейный напиток с молоком	200	85.08

Итого ккал за день: 2039.08

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова

«02» марта 2026г.

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