

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«29» мая 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 357.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	135	223.23
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	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 503.04 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	150	103.54
2	Рагу из птицы	160	224.93
3	Овощи отварные (свекла)	40	27.06
4	Хлеб ржаной	40	96.80
5	Кисель из сухофруктов	150	50.71

Полдник 310.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	60	230.94
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 340.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	150	114.11
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1564.03

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова

«29» мая 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 434.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	154	273.19
2	Хлеб пшеничный формовой	39	96.10
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	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 626.13 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124.59
2	Рагу из птицы	200	267.10
3	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
4	Хлеб ржаной	50	123.06
5	Кисель из сухофруктов	180	66.29

Полдник 364.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272.22
2	Кисломолочный напиток (кефир)	173	92.02

Ужин 401.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	143.47
2	Хлеб пшеничный формовой	39	96.10
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Кофейный напиток с молоком	200	85.21

Итого ккал за день: 1878.72