и.о.заведующего «МБДОУ 225»
О.Г.Гончарова

«08» июля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 390.65 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	168.53
2	Хлеб пшеничный формовой	41	101.52
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Какао с молоком	200	83.20

Завтрак 2 81.79 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	177	81.79

Обед 695.69 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой (пшенной)	200	108.72
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	396.46
3	Овощи свежие (порциями) помидор	74	13.38
4	Хлеб ржаной	50	122.16
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 250.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
2	Печенье	25	104.25
3	Кисломолочный напиток (кефир)	178	94.39

Ужин 469.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	183.69
2	Пюре картофельное	130	128.55
3	Икра свекольная	60	53.52
4	Хлеб пшеничный формовой	31	76.04
5	Чай с сахаром	200	28.03

Итого ккал за день: 1888.60

и.о.заведующего «МБДОУ 225»
О.Г.Гончарова

«08» июля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 310.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	125.82
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Какао с молоком	180	74.18

Завтрак 2 82.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80

Обед 490.81 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой (пшенной)	150	87.02
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	150	253.89
3	Овощи свежие (порциями) помидор	40	7.20
4	Хлеб ржаной	40	96.80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 212.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
2	Печенье	20	83.40
3	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 363.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	60	129.89
2	Пюре картофельное	110	111.91
3	Икра свекольная	40	36.24
4	Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
5	Чай с сахаром	180	24.49

Итого ккал за день: 1458.94