

Заведующий «МБДОУ-225»
Т.В.Морозова

«21» июля 2025г.

№ 225

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 489.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	120	272.80
2	Соус молочный сладкий	50	65.52
3	Хлеб пшеничный формовой	35	85.91
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	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 721.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	210.99
2	Суфле из печени	80	164.96
3	Картофель отварной с маслом	150	152.90
4	Овощи свежие (порциями) огурец	66	9.90
5	Хлеб ржаной	52	127.68
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 368.71 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272.88
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.83

Ужин 465.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	213.33
2	Хлеб пшеничный формовой	35	85.91
3	Яйцо вареное	49	76.93
4	Кофейный напиток с молоком	200	89.06

Итого ккал за день: 2097.00

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«21» июля 2026г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ЯСЛИ

Завтрак 379.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	100	199.50
2	Соус молочный сладкий	40	45.18
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	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 539.52 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	Картофель отварной с маслом	120	122.32
4	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

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 376.61 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	30	72.60
3	Яйцо вареное	49	76.93
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1657.74