Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«31» июля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 441.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	100	213.59
2	Соус молочный сладкий	50	64.59
3	Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Завтрак 2 86.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	180	86.40

Обед 492.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	150	117.33
2	Рагу из птицы	160	224.93
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 261.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	180	140.54
2	Хлеб пшеничный	40	96.80
3	Чай с сахаром	180	24.49

Итого ккал за день: 1493.94

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова _____
«31» июля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 518.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	120	260.97
2	Соус молочный сладкий	50	64.42
3	Хлеб пшеничный формовой	28	69.28
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Кофейный напиток с молоком	200	86.87

Завтрак 2 84.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	176	84.56

Обед 609.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	139.41
2	Рагу из птицы	200	267.10
3	Овощи свежие (порциями) помидор	70	12.52
4	Хлеб ржаной	56	135.93
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 247.93 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)	172	91.68

Ужин 314.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	170.73
2	Хлеб пшеничный	47	115.48
3	Чай с сахаром	200	28.03

Итого ккал за день: 1775.60