Заведующий «МБДОУ 225»
«06» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 384.07 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	76	97.62
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
3	Овощи свежие (порциями) огурец	54	8.25
4	Хлеб пшеничный йодированный	33	80.25
5	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
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 776.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	114.96
2	Плов из говядины	201	425.71
3	Икра кабачковая	60	44.41
4	Хлеб ржаной	56	136.05
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 321.01 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224.07
2	Кисломолочный напиток (кефир)	183	96.94

Ужин 342.81 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	122.86
2	Хлеб пшеничный йодированный	56	133.78
3	Кофейный напиток с молоком	200	86.17

Итого ккал за день: 1875.99

Заведующий «МБДОУ №25»
Т.В.Морозова
«06» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 287.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	60	80.38
2	Каша пшеничная рассыпчатая	100	90.84
3	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
4	Хлеб пшеничный йодированный	20	48.40
5	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
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 577.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	150	86.08
2	Плов из говядины	150	315.76
3	Икра кабачковая	40	33.04
4	Хлеб ржаной	40	96.80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 252.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	60	173.32
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 288.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	180	114.53
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
3	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1458.51