Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова_____
«11» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 375.95 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	140.31
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93.36
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Яйцо вареное	49	76.85
5	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 81.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	177	81.44

Обед 708.67 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	99.97
2	Биточки из птицы припущенные	70	154.24
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243.20
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	45	111.20
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 318.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	207	109.71

Ужин 584.52 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	131	306.76
2	Соус сметанный	30	49.97
3	Хлеб пшеничный формовой	33	80.01
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
5	Молоко кипяченое	184	95.78

Итого ккал за день: 2068.79

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В Морозова
«11» августа 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 313.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	150	113.99
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Яйцо вареное	49	76.85
5	Чай с сахаром	180	24.49

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 576.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	82.34
2	Биточки из птицы припущенные	60	139.93
3	Каша гречневая рассыпчатая	110	184.27
4	Овощи отварные (свекла)	40	27.06
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 178.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	20	83.40
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 455.59 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	105	220.13
2	Соус сметанный	25	35.46
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
4	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
5	Молоко кипяченое	150	78.00

Итого ккал за день: 1606.72