Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова_____

«17» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 362.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яйцо вареное	49	76.85
2	Капуста тушеная	120	91.85
3	Хлеб пшеничный йодированный	34	81.22
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
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 710.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	101.92
2	Птица тушеная	80	302.78
3	Пюре картофельное	130	129.09
4	Овощи свежие (порциями) помидор	58	10.49
5	Хлеб ржаной	46	111.68
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 384.53 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	291.11
2	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93.42

Ужин 422.11 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	200	178.32
2	Хлеб пшеничный йодированный	56	135.37
3	Молоко кипяченое	208	108.42

Итого ккал за день: 1932.11

Заведующий «МБДОУ №225»
Т.В.Морозова
«17» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 293.83 ккал

№ п.п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яйцо вареное	49	76.85
2	Капуста тушеная	100	74.02
3	Хлеб пшеничный йодированный	20	48.40
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
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 570.58 ккал

№ п.п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	75.86
2	Птица тушеная	60	233.88
3	Пюре картофельное	110	111.91
4	Овощи свежие (порциями) помидор	40	7.20
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 229.62 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	60	249.52
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 3 0.94 ккал

№ п.п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	180	154.14
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
3	Молоко кипяченое	180	93.60

Итого ккал за день: 1605.94