Заведующий «МБДОУ 225»
ЕВ Морозова _____
«27» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 347.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	60	110.57
2	Картофель отварной с маслом	110	114.62
3	Хлеб пшеничный йодированный	25	60.50
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 566.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	150	78.54
2	Гуляш из отварного мяса	60	160.44
3	Макаронные изделия отварные	110	152.42
4	Икра кабачковая	40	32.32
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 280.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	60	201.44
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 366.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	155.40
2	Хлеб пшеничный йодированный	25	60.50
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Какао с молоком	180	74.18

Итого ккал за день: 1613.87

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«27» августа 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 434.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	139.51
2	Картофель отварной с маслом	130	137.50
3	Хлеб пшеничный йодированный	38	91.96
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 720.08 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	101.05
2	Гуляш из отварного мяса	71	187.77
3	Макаронные изделия отварные	130	194.90
4	Икра кабачковая	60	43.50
5	Хлеб ржаной	56	137.89
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 323.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	224.89
2	Кисломолочный напиток (кефир)	185	98.39

Ужин 455.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	204.13
2	Хлеб пшеничный йодированный	38	91.96
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Какао с молоком	200	82.08

Итого ккал за день: 1984.78