Заведующий МБДОУ «Д/С №25»
Т.В.Морозова
«03» сентября 2020 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 362.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	63	83.81
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
3	Овощи свежие (порциями) огурец	48	7.30
4	Хлеб пшеничный йодированный	30	73.66
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 717.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	106.34
2	Плов из говядины	183	389.37
3	Икра кабачковая	60	40.17
4	Хлеб ржаной	52	126.57
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 311.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	215.74
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.86

Ужин 327.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	120.52
2	Хлеб пшеничный йодированный	51	122.79
3	Кофейный напиток с молоком	200	84.23

Итого ккал за день: 1771.28

Заведующий «МБДОУ ЯСЛИ»
Т.В.Морозова

«03» сентября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 287.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушеная 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 572.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	150	81.78
2	Плов из говядины	150	315.76
3	Икра кабачковая	40	32.32
4	Хлеб ржаной	40	96.80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 248.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	60	168.85
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: 1449.02