Заведующий МБДОУ «Детский сад № 225»
Т.В. [illegible]

«10» сентября 2026 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 419.85 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	135.51
2	Картофель отварной с маслом	130	137.50
3	Хлеб пшеничный йодированный	34	81.41
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 689.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	96.91
2	Гуляш из отварного мяса	66	175.15
3	Макаронные изделия отварные	130	194.90
4	Икра кабачковая	60	42.43
5	Хлеб ржаной	51	124.80
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 319.39 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	225.21
2	Кисломолочный напиток (кефир)	177	94.18

Ужин 447.73 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	205.79
2	Хлеб пшеничный йодированный	34	81.41
3	Яйцо вареное	49	76.85
4	Какао с молоком	200	83.68

Итого ккал за день: 1928.13

Заведующий
Т.В. Мороз
«__» _____ 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 347.28 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