Заведующий «МБДОУ
Т.В.Морозова
«01» сентября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 545.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	120	284.36
2	Соус молочный сладкий	50	65.29
3	Хлеб пшеничный формовой	28	69.94
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Кофейный напиток с молоком	200	88.62

Завтрак 2 89.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	185	89.40

Обед 598.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	142.13
2	Рагу из птицы	200	266.30
3	Овощи свежие (порциями) помидор	65	11.73
4	Хлеб ржаной	50	123.25
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 253.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
2	Печенье	25	104.25
3	Кисломолочный напиток (кефир)	182	96.92

Ужин 317.43 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	172.83
2	Хлеб пшеничный	48	116.57
3	Чай с сахаром	200	28.03

Итого ккал за день: 1803.99

Заведующий «МБДОУ № 225»
Т.В.Морозова
«11» сентября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 441.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	100	213.59
2	Соус молочный сладкий	50	64.59
3	Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Завтрак 2 86.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	180	86.40

Обед 492.18 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	150	117.35
2	Рагу из птицы	160	224.93
3	Овощи свежие (порциями) помидор	40	7.20
4	Хлеб ржаной	40	96.80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 212.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
2	Печенье	20	83.40
3	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 261.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	180	140.54
2	Хлеб пшеничный	40	96.80
3	Чай с сахаром	180	24.49

Итого ккал за день: 1493.96