Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«22» сентября 2020г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 313.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	150	113.99
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Яйцо вареное	49	76.85
5	Чай с сахаром	180	24.49

Завтрак 2 82.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80

Обед 576.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	82.34
2	Биточки из птицы припущенные	60	139.93
3	Каша гречневая рассыпчатая	110	184.27
4	Овощи отварные (свекла)	40	27.06
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 178.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	20	83.40
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 455.59 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	105	220.13
2	Соус сметанный	25	35.46
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
4	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
5	Молоко кипяченое	150	78.00

Итого ккал за день: 1606.72

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 225"
Т.В.Морозова

«22» сентября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 367.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	138.96
2	Хлеб пшеничный формовой	35	86.64
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Яйцо вареное	49	76.85
5	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 80.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	176	80.98

Обед 718.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	91.28
2	Биточки из птицы припущенные	70	161.58
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243.20
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	50	122.26
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 312.19 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	195	103.69

Ужин 543.15 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	117	283.55
2	Соус сметанный	30	38.89
3	Хлеб пшеничный формовой	30	74.95
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
5	Молоко кипяченое	180	93.76

Итого ккал за день: 2022.58