Заведующий МБДОУ № 225
Т.В.Морозова

«2» сентября 2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 526.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	120	267.76
2	Соус молочный сладкий	50	64.64
3	Хлеб пшеничный формовой	28	69.53
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Кофейный напиток с молоком	200	87.31

Завтрак 2 85.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	178	85.36

Обед 594.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	140.20
2	Рагу из птицы	200	269.37
3	Овощи свежие (порциями) помидор	63	11.31
4	Хлеб ржаной	48	118.39
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 249.28 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)	175	93.03

Ужин 315.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	171.26
2	Хлеб пшеничный	47	115.87
3	Чай с сахаром	200	28.03

Итого ккал за день: 1770.68

Заведующий МБДОУ «Ясли-сад №225»
Т.В.Морозова _____

«25» сентября 2025

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 492.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	150	117.33
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: 1493.94