Заведующий «МБДОУ №225»
Т.В.Морозова
«07» октября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 387.45 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124.89
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90.10
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
5	Кофейный напиток с молоком	200	87.87

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 637.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	101.57
2	Котлеты из говядины	79	220.82
3	Пюре картофельное	130	128.78
4	Овощи свежие (порциями) огурец	61	9.20
5	Хлеб ржаной	50	121.99
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

олдник 269.39 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	46	166.63
2	Кисломолочный напиток (кефир)	193	102.76

кин 433.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	136.57
2	Каша пшенная рассыпчатая	130	151.72
3	Кабачки припущенные	58	40.06
4	Хлеб пшеничный формовой	31	77.20
5	Чай с сахаром	200	28.03

го ккал за день: 1779.75

Заведующий «МБДОУ № 225»
Т.В.Морозова
«07» октября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 322.86 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	150	102.92
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
5	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 531.71 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	150	89.52
2	Котлеты из говядины	60	181.58
3	Пюре картофельное	110	111.91
4	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 204.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	30	108.60
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 307.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60	105.83
2	Каша пшенная рассыпчатая	110	109.44
3	Кабачки припущенные	40	19.48
4	Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
5	Чай с сахаром	180	24.49

Итого ккал за день: 1418.21