Заведующий «МБДОУ № 225»
Т.В.Мороз
«19» октября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

трак 340.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	100	167.47
2	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
3	Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
6	Чай с сахаром	180	24.49

трак 2 86.40 ккал

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

д 659.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	150	105.74
2	Птица отварная (с соусом сметанным с томатом)	60	251.11
3	Макаронные изделия отварные	110	152.42
4	Овощи свежие (порциями) помидор	40	7.20
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из сушеных фруктов	150	45.90

ник 321.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка дорожная	60	241.88
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

309.27 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рагу из овощей	130	110.00
2	Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
3	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

ккал за день: 1716.85

Заведующий [illegible]
Т.В.Морозова

«19» октября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 426.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	198.89
2	Овощи свежие (порциями) огурец	75	11.25
3	Хлеб пшеничный йодированный	43	104.06
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
6	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 89.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	187	89.60

Обед 823.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
2	Птица отварная (с соусом сметанным с томатом)	80	307.13
3	Макаронные изделия отварные	130	194.90
4	Овощи свежие (порциями) помидор	59	10.56
5	Хлеб ржаной	51	125.02
6	Компот из сушеных фруктов	180	54.97

Полдник 374.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка дорожная	70	276.74
2	Кисломолочный напиток (кефир)	185	98.14

Ужин 383.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рагу из овощей	140	137.83
2	Хлеб пшеничный йодированный	43	104.06
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
4	Кофейный напиток с молоком	200	89.20

Итого ккал за день: 2097.71