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

МБДОУ № 225

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 52.00 ккал

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

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 406.19 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	Молоко кипяченое	150	78.00

Итого ккал за день: 1526.52

Заведующий МБДОУ №225
Т.В.Морозова

«20» октября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 367.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	140.78
2	Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Яйцо вареное	49	76.85
5	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 720.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	92.34
2	Биточки из птицы припущенные	70	171.48
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243.20
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	46	113.40
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 310.81 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	192	102.31

Ужин 497.84 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	120	288.23
2	Соус сметанный	30	40.53
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
4	Молоко кипяченое	185	96.48

Итого ккал за день: 1948.89