Заведующий МБДОУ "Д/с 225"
Т.В. Морозова
«26» октября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 293.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яйцо вареное	49	76.85
2	Капуста тушеная	100	74.02
3	Хлеб пшеничный йодированный	20	48.40
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
6	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 576.55 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	75.86
2	Птица тушеная	60	238.88
3	Пюре картофельное	110	111.91
4	Овощи свежие (порциями) помидор	40	7.20
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 329.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	60	249.52
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 354.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	180	164.14
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
3	Молоко кипяченое	180	93.60

Итого ккал за день: 1605.94

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«26» октября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 356.12 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яйцо вареное	49	76.85
2	Капуста тушеная	120	91.85
3	Хлеб пшеничный йодированный	31	74.80
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
6	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 730.65 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	101.92
2	Птица тушеная	80	305.17
3	Пюре картофельное	130	128.95
4	Овощи свежие (порциями) помидор	56	10.15
5	Хлеб ржаной	53	129.49
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 389.45 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	291.69
2	Кисломолочный напиток (кефир)	184	97.76

Ужин 409.62 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	200	177.70
2	Хлеб пшеничный йодированный	52	124.70
3	Молоко кипяченое	206	107.22

Итого ккал за день: 1937.84