и.о.заведующего «МБДОУ 225
О.Г.Гончарова

«27» октября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 506.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	120	271.69
2	Соус молочный сладкий	50	64.18
3	Хлеб пшеничный формовой	43	104.79
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
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 682.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	170.25
2	Суфле из печени	80	164.28
3	Картофель отварной с маслом	150	152.90
4	Овощи свежие (порциями) огурец	57	8.58
5	Хлеб ржаной	54	131.26
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 364.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272.36
2	Кисломолочный напиток (кефир)	173	92.02

Ужин 478.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	210.32
2	Хлеб пшеничный формовой	43	104.79
3	Яйцо вареное	49	76.93
4	Кофейный напиток с молоком	200	86.40

Итого ккал за день: 2083.15

и.о заведующего МБДОУ 225
О.Г.Гончарова

«27» октября 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 379.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	100	199.50
2	Соус молочный сладкий	40	45.18
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
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 539.52 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	132.84
2	Суфле из печени	60	135.66
3	Картофель отварной с маслом	120	122.32
4	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 310.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	60	230.94
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 376.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	149.81
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Яйцо вареное	49	76.93
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1657.74