и о... МБДОУ 225»
...
«03» ...ября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 369.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	137.10
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90.53
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Яйцо вареное	49	76.85
5	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 81.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	177	81.76

Обед 724.07 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	93.22
2	Биточки из птицы припущенные	70	168.16
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243.20
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	49	119.43
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 315.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107.49

Ужин 544.55 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	117	283.05
2	Соус сметанный	30	40.95
3	Хлеб пшеничный формовой	32	77.59
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
5	Молоко кипяченое	174	90.96

Итого ккал за день: 2036.28

и о... города Ростова-на-Дону "МБДОУ 225»
С... Е.Г. Сазарова
«...» ноября 2026г

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 82.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80

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 455.59 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	Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
5	Молоко кипяченое	150	78.00

Итого ккал за день: 1606.72