

Ежедневное основное меню

Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
О.В. Чуевская

На 03.12.2025

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	139,15
	Какао с молоком	165	58
	Бутерброд с маслом и сыром	35	84
	Итого	350	281,15
второй завтрак	Кефир	93	99,47
	Итого	93	99,47
	Суп картофельный с макаронными изделиями	140	126,92
	Котлета рыбная запеченная	60	99,9
обед	Картофель отварной	50	119
	Салат из квашенной капусты с луком	15	16,9
	Хлеб ржаной	40	61,93
	Компот из сухофруктов	145	66,05
	Итого	450	490,7
полдник	Яблоки	80	57,8
	Итого	80	57,8
ужин	Мясо тушеное	40	100,8
	Салат из картофеля с зеленым горошком "Зимний"	166	138,06
	Чай с сахаром	170	64,6
	Хлеб пшеничный	24	48,24
Итого		400	351,7

Ежедневное основное меню
Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
О.В. Чуевская

На 03.12.2025

САД (с 3 лет до 7 лет)

Прием-пищи	Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	170	157,7
	Какао с молоком	180	89,5
	Бутерброд с маслом и сыром	40	120
	Итого	390	367,2
второй завтрак	Кефир	130	137,64
	Итого	130	137,64
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	151,18
	Котлета рыбная запеченная	80	123,2
обед	Картофель отварной	80	181,4
	Салат из квашенной капусты с луком	50	55,33
	Хлеб ржаной	30	36,44
	Компот из сухофруктов	180	81,09
	Итого	600	628,64
полдник	Яблоки	90	60,84
	Итого	90	60,84
ужин	Мясо тушеное	65	166,98
	Салат из картофеля с зеленым горошком "Зимний"	175	165,85
	Чай с сахаром	190	76,99
	Хлеб пшеничный	20	40,2
Итого		450	450,02