

Ежедневное основное меню

Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
Чувеская

На 10.09.2025

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)

Ежедневное основное меню
Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
Чувеская

На 10.09.2025

САД (с 3 лет до 7 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша пшенная 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
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	140	126,92
	Котлета рыбная запеченная	60	99,9
	Картофель отварной	50	119
	Огурец свежий	20	45,3
	Хлеб ржаной	40	61,93
	Компот из сухофруктов	145	66,05
	Итого	455	519,1
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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша пшенная 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
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	151,18
	Котлета рыбная запеченная	80	123,2
	Картофель отварной	80	181,4
	Огурец свежий	25	55,33
	Хлеб ржаной	30	36,44
	Компот из сухофруктов	180	81,09
	Итого	575	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