

Ежедневное основное меню

Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
О.В. Чуевская

На 20.06.2025

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порции
завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	150	109,13
	Чай с сахаром	170	81,5
	Бутерброд с маслом и сыром	30	96,6
	Итого	350	287,23
второй завтрак	Кефир	93	99,47
	Итого	93	99,47
обед	Щи с мясом птицы со сметаной	140	128,63
	печень тертая	50	146,18
	Картофель отварной	60	74,66
	Свежий огурец	20	11,8
	Хлеб ржаной	40	61,93
	Компот из изюма	150	68,33
	Итого	460	491,53
полдник	Апельсины	80	57,8
	Итого	80	57,8
Ужин	Салат из картофеля с зеленым горошком	180	150,02
	Чай с сахаром	180	47,46
	Булочка "Домашняя"	40	153,55
	Итого	400	351,03

Ежедневное основное меню

Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
О.В. Чуевская

На 20.06.2025

САД (с 3 лет до 7 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порции
завтрак	Каша овсяная (геркулес) жидкая	160	116,4
	Чай с сахаром	180	89,5
	Бутерброд с маслом и сыром	45	145
	Итого	385	350,9
второй завтрак	Кефир	130	137,64
	Итого	130	137,64
обед	Щи с мясом птицы со сметаной	180	165,38
	печень тертая	50	146,18
	Картофель отварной	70	87,1
	Свежий огурец	26	16,8
	Хлеб ржаной	50	77,42
	Компот из изюма	190	86,55
	Итого	566	579,43
полдник	Апельсины	80	57,8
	Итого	80	57,8
Ужин	Салат из картофеля с зеленым горошком	195	162,02
	Чай с сахаром	190	50,1
	Булочка "Домашняя"	65	245,29
	Итого	450	457,41