

**Ежедневное основное меню**

На 03.03.2026

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)

Утверждаю  
Заведующий МДОУ 127  
/ О.В. Чуевская



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

На 03.03.2026

САД (с 3 лет до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша рисовая молочная	150	179,59
	Какао с молоком	165	69,1
	Бутерброд с маслом и сыром	35	112,7
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>361,39</b>
обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	139,6
	Жаркое по-домашнему	160	192,94
	салат из свеклы	30	28,17
	Хлеб ржаной	30	60,6
	Компот из свежих плодов	150	72
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>493,31</b>
полдник	Печенье	12	53,24
	Кефир	93	99,47
	<b>Итого</b>	<b>105</b>	<b>152,71</b>
ужин	Винегрет овощной	200	262,84
	Хлеб пшеничный	20	40,2
	Чай с сахаром	180	47,96
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>350,5</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша рисовая молочная	170	203,53
	Какао с молоком	180	89,41
	Бутерброд с маслом и сыром	50	161
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>453,94</b>
обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	167,52
	Жаркое по-домашнему	200	248,17
	салат из свеклы	50	48,95
	Хлеб ржаной	40	80,8
	Компот из свежих плодов	180	86,4
	<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>631,84</b>
полдник	Печенье	20	81,32
	Кефир	130	136,04
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>217,36</b>
ужин	Винегрет овощной	216	288,99
	Чай с сахаром	180	47,46
	Хлеб пшеничный	20	40,2
	<b>Итого</b>	<b>416</b>	<b>376,65</b>