

**Ежедневное основное меню**

На 13.03.2026

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)

Утверждаю  
Заведующий МДОУ 127  
О.В. Чуевская



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Омлет с сыром	143	151,19
	Какао с молоком	180	89,41
	Бутерброд с маслом	27	112,62
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>353,22</b>
обед	Свекольник	150	136,53
	Рагу из птицы	160	163,1
	Салат из квашенной капусты с луком	30	58,73
	Хлеб ржаной	35	70,7
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	150	67,33
	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>496,39</b>
полдник	Пряники	30	53,24
	Кефир	93	99,47
	<b>Итого</b>	<b>123</b>	<b>152,71</b>
ужин	Печень тушеная в соусе	55	93,28
	Каша гречневая рассыпчатая	143	145,3
	Ватрушка с творожным фаршем	40	68,36
	Чай с сахаром	162	42,71
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>349,65</b>

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

На 13.03.2026

САД (с 3 лет до 7 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Омлет с сыром	175	180,02
	Какао с молоком	180	89,41
	Бутерброд с маслом	45	187,6
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>457,03</b>
обед	Свекольник	180	163,83
	Рагу из птицы	200	206,37
	Салат из квашенной капусты с луком	50	97,03
	Хлеб ржаной	35	70,7
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	180	98,96
	<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>636,89</b>
полдник	Пряники	40	81,32
	Кефир	130	136,04
	<b>Итого</b>	<b>170</b>	<b>217,36</b>
ужин	Печень тушеная в соусе	80	161,99
	Каша гречневая рассыпчатая	150	168,66
	Ватрушка с творожным фаршем	40	68,36
	Чай с сахаром	180	47,46
	<b>Итого</b>	<b>450</b>	<b>446,47</b>