

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

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

На 16.03.2026  
**ЯСЛИ** (с 1 года до 3 лет)

На 16.03.2026  
**САД** (с 3 лет до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	191,32
	Кофейный напиток с молоком	170	62,9
	Бутерброд с маслом и сыром	30	94,03
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>348,25</b>
обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	91,82
	Плов из отварной говядины	160	241,41
	салат из свеклы и моркови	30	27,6
	Хлеб ржаной	30	60,6
	Компот из сухофруктов	150	67,33
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>488,76</b>
полдник	Плоды свежие	95	57,8
	Кефир	93	99,47
ужин	<b>Итого</b>	<b>188</b>	<b>157,27</b>
	Вареники ленивые	190	225,48
	Чай с молоком	180	68,4
	Хлеб пшеничный	30	60,3
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>354,18</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	191,32
	Кофейный напиток с молоком	180	66,8
	яйцо вареное	30	27,15
	Бутерброд с маслом и сыром	40	166
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>451,27</b>	
обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	110,18
	Плов из отварной говядины	200	301,76
	салат из свеклы и моркови	50	46
	Хлеб ржаной	40	80,8
	Компот из сухофруктов	180	98,96
	<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>637,7</b>
полдник	Плоды свежие	100	59,1
	Кефир	130	136,04
ужин	<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>195,14</b>
	Вареники ленивые	220	261,08
	Чай с молоком	180	68,4
	Хлеб пшеничный	40	81,9
<b>Итого</b>	<b>440</b>	<b>411,38</b>	