

**Ежедневное основное меню**

На 18.03.2026

**ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)**

Утверждаю  
Заведующий МДОУ 127  
/ О.В. Чуевская



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Запеканка из творога	130	160,52
	Соус сметанный сладкий	10	16,92
	Чай с сахаром	180	47,46
	Бутерброд с маслом	30	125,14
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>350,04</b>
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	126,92
	Котлета рыбная	50	90,25
	Картофель отварной	110	83,97
	Салат из квашенной капусты с луком	30	58,73
	Хлеб ржаной	30	60,6
	Компот из сухофруктов	150	68,33
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>488,8</b>
полдник	Плоды свежие	95	57,8
	Кефир	93	99,47
<b>Итого</b>	<b>188</b>	<b>157,27</b>	
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
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>351,7</b>

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

На 18.03.2026

**САД (с 3 лет до 7 лет)**



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Запеканка из творога	160	197,56
	Соус сметанный сладкий	15	25,38
	Чай с сахаром	180	47,46
	Бутерброд с маслом	45	187,6
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>458</b>
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	162,3
	Котлета рыбная	70	128,35
	Картофель отварной	130	113,23
	Салат из квашенной капусты с луком	50	97,03
	Хлеб ржаной	30	44,04
	Компот из сухофруктов	180	81,99
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>626,94</b>
полдник	Плоды свежие	100	59,1
	Кефир	130	136,04
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>195,14</b>	
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
	<b>Итого</b>	<b>450</b>	<b>450,02</b>