

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

На 20.10.2025

САД (с 3 лет до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	153,77
	Кофейный напиток с молоком	170	72,11
	яйцо вареное	20	37,65
	Бутерброд с маслом и сыром	30	96,6
	Итого	400	360,13
второй завтрак	Кефир	130	137,64
	Итого	130	137,64
обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	110,18
	Плов из отварной говядины	130	309,01
	салат из свеклы и моркови	60	55,2
	Хлеб ржаной	50	77,42
	Компот из кураги	180	79,72
	Итого	600	631,53
полдник	Яблоки	90	60,84
	Итого	90	60,84
ужин	Вареники ленивые	220	261,08
	Чай с сахаром	180	68,4
	Хлеб пшеничный	40	80,4
	Итого	440	409,88

Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
О.В. Чуевская

На 20.10.2025

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	121,06
	Кофейный напиток с молоком	170	72,11
	Бутерброд с маслом и сыром	30	96,6
	Итого	350	289,77
второй завтрак	Кефир	93	99,47
	Итого	93	99,47
обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	91,82
	Плов из отварной говядины	105	249,59
	салат из свеклы и моркови	15	13,8
	Хлеб ржаной	40	61,93
	Компот из кураги	140	72,88
	Итого	450	490,02
полдник	Яблоки	80	57,8
	Итого	80	57,8
ужин	Вареники ленивые	190	225,48
	Чай с сахаром	180	68,4
	Хлеб пшеничный	30	60,3
	Итого	400	354,18