

Ежедневное основное меню

Утверждаю

И.о.заведующего МДОУ 127

О.В. Васильева

На 22.07.2026

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	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
	Итого	350	350,04
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	126,92
	Котлета рыбная	50	90,25
	Картофель отварной	110	83,97
	Салат из свежих овощей	30	58,73
	Хлеб ржаной	30	60,6
	Компот из сухофруктов	150	68,33
	Итого	520	488,8
полдник	Фрукты свежие	95	57,8
	Кефир	93	99,47
ужин	Итого	188	157,27
	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
Итого		400	351,7

Ежедневное основное меню

Утверждаю

И.о.заведующего МДОУ 127

О.В. Васильева

На 22.07.2026

САД (с 3 лет до 7 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	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
	Итого	400	458
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	162,3
	Котлета рыбная	70	128,35
	Картофель отварной	130	113,23
	Салат из свежих овощей	50	97,03
	Хлеб ржаной	30	44,04
	Компот из сухофруктов	180	81,99
	Итого	640	626,94
полдник	Фрукты свежие	100	59,1
	Кефир	130	136,04
ужин	Итого	230	195,14
	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
Итого		450	450,02