

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню групп раннего возраста
25.11.2025 (2 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша пшенная	150	194
Кофейный напиток с молоком	160	75,4
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/5/10	149,5
Итого за завтрак:	355	418,9
Второй завтрак		
Сок (фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	40	65,1
Борщ со сметаной	150/5	106,2
Суфле рыбное	60	114,2
Картофельное пюре	110	219,2
Компот из сухофруктов	150	64,7
Хлеб ржаной	30	60
Итого за обед:	545	629,4
Полдник		
Омлет	70	116,85
Чай сладкий	150	39
Хлеб пшеничный	30	75
Итого за полдник:	250	230,85
Итого за день	1250	1329,15

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню дошкольных групп
25.11.2025(2 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша пшенная	180	243
Кофейный напиток с молоком	200	87,3
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/5/12	149,5
Итого за завтрак:	432	479,8
Второй завтрак		
Сок (фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	50	69,6
Борщ со сметаной	200//5	122,2
Суфле рыбное	70	137
Картофельное пюре	130	230,6
Компот из сухофруктов	200	86,5
Хлеб ржаной	38	75,6
Итого за обед:	695	721,5
Полдник		
Омлет	80	135,45
Чай сладкий	200	39
Хлеб пшеничный	35	100
Итого за полдник:	315	274,45
Итого за день	1542	1525,75