



МДОУ детский сад «Радуга»
Меню групп раннего возраста (1-3 лет)
05.03.25 (3 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша рисовая	150	206
Чай сладкий с лимоном	150	75
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	112
Второй завтрак		
Яблоко	100	50
Обед		
Салат из моркови с зеленым горошком	35	50
Щи со сметаной	150	78
Котлета мясная с гречей	60/110	283
Компот из изюма и кураги	150	65
Хлеб ржаной	30	60
Полдник		
Картофель отварной с зеленым горошком	80	237
Чай сладкий	150	87
Вафли	16	54
Итого за день	1360	13

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню дошкольных групп (3-7 лет)
05.03.2025 (3 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша рисовая	200	258
Чай сладкий с лимоном	200	87
Хлеб пшеничная с маслом	35/5	137
Второй завтрак		
Яблоко	100	50
Обед		
Салат из моркови с зеленым горошком	40	55
Щи со сметаной	200	97
Котлета мясная с гречей	70/130	330
Компот из изюма и кураги	200	87
Хлеб ржаной	38	76
Полдник		
Картофель отварной зеленым горошком + сельдью с/с	90	268
Чай сладкий	160	99
Вафли	20	54
Итого за день	1628	1598