

Заведующая МДОУ детский сад «Радуга»

УТВЕРЖДАЮ

Терентьева Н.Н.

МДОУ детский сад «Радуга»

11.09.2025

МДОУ детский сад «Радуга»

Меню групп раннего возраста

07.112025г (10 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша ячневая	150	194,12
Чай сладкий с лимоном	150/5	40
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/05/10	149,5
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>350</b>	<b>383,62</b>
Сок(фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	40	65,1
Суп вермишелевый на курином бульоне	150	106,5
Котлета рыбная	60	79,35
Картофельное пюре	110	219,2
Компот из сухофруктов	150	64,7
Хлеб ржаной	30	60
<b>Итого за обед:</b>	<b>540</b>	<b>594,85</b>
Полдник		
Выпечка	80	237,3
Напиток кисло-молочный «Снежок»	150	115,5
Фрукты	90	38
<b>Итого за полдник:</b>	<b>320</b>	<b>390,8</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1310</b>	<b>1419,27</b>

МДОУ детский сад «Радуга»

Меню дошкольных групп

07.112025г (10 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша ячневая	200	243
Чай сладкий с лимоном	200	40
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/05/12	173
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>452</b>	<b>456</b>
Сок(фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	50	69,6
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	131,1
Котлета рыбная	70	95,17
Картофельное пюре	130	230,6
Компот из сухофруктов	200	86,5
Хлеб ржаной	38	69,7
<b>Итого за обед:</b>	<b>688</b>	<b>682,67</b>
Полдник		
Выпечка	90	268,1
Напиток кисло-молочный «Снежок»	180	134,75
Фрукты	100	38
<b>Итого за полдник:</b>	<b>370</b>	<b>440,85</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1610</b>	<b>1629,52</b>