

Заведующая МДОУ детский сад «Радуга»

УТВЕРЖДАЮ

Терентьева Н.Н.

29.07.2025

МДОУ детский сад «Радуга»
 Меню групп раннего возраста (1-3 лет)
 30.07.25 (3 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша рисовая	150	206,4
Какао с молоком	160	73,8
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	112,4
Второй завтрак		
Яблоко	100	50
Обед		
Салат из свеклы	35	65,7
Суп овощной	150	97,12
Котлета «Пожарская» с гречей	60/110	273,19
Компот из с/фруктов	150	64,7
Хлеб ржаной	30	60
Полдник		
Салат рыбный	110	183,6
Чай сладкий	150	39
Вафли	20	81,2
Итого за день	1260	1320

МДОУ детский сад «Радуга»
 Меню дошкольных групп (3-7 лет)
 30.07.25 (3 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша рисовая	180	258,3
Какао с молоком	200	86,4
Хлеб пшеничный с маслом	35/5	137,4
Второй завтрак		
Яблоко	100	50
Обед		
Салат из свеклы	40	73,2
Суп овощной	200	122,73
Котлета «Пожарская» с гречей	70/130	324,4
Компот из с/фруктов	200	86,5
Хлеб ржаной	38	75,6
Полдник		
Салат рыбный	170	198
Чай сладкий	200	39
Вафли	25	83,2
Итого за день	1593	1534,7