

МДОУ детский сад «Радуга»
 Меню групп раннего возраста
 06.11.2025 (9 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Запеканка творожная с молочным соусом	90/30	261,7
Кофейный напиток с молоком	150	75,6
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	112,4
Итого за завтрак:	305	449,7
Второй завтрак		
Сок(фрукты)	100	50
Обед		
Свекольник со сметаной	150/5	103,2
Котлета «Пожарская»	60	104,5
Сложный гарнир – картофельное пюре с тушеной капустой	60/50	185,4
Компот из сухофруктов	150	64,7
Хлеб ржаной	30	60
Итого за обед:	505	517,8
Полдник		
Каша кукурузная	150	157
Чай сладкий	150	39
Вафли	20	81,2
Итого за полдник:	320	277,2
Итого за день	1230	1294,7

МДОУ детский сад «Радуга»
 Меню дошкольных групп
 06.11.2025(9день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Запеканка творожная с молочным соусом	100/35	282
Кофейный напиток с молоком	200	87,3
Хлеб пшеничный с маслом	35/5	137,4
Итого за завтрак:	375	506,7
Второй завтрак		
Сок(фрукты)	100	50
Обед		
Свекольник со сметаной	200/7	128
Котлета «Пожарская»	70	130,2
Сложный гарнир – картофельное пюре с тушеной капустой	70/60	216,54
Компот из сухофруктов	200	86,5
Хлеб ржаной	38	75,6
Итого за обед	645	636,86
Полдник		
Каша кукурузная	200	222,9
Чай сладкий	200	39
Вафли	25	101,5
Итого за полдник	425	363,4
Итого за день	1545	1556,96

