



УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МДОУ детский сад «Радуга»

Терентьева Н.Н.

15.12.2025

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню групп раннего возраста
16.12.2025 (7 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша пшеничная	150	194
Чай сладкий	150	39
Хлеб пшеничный с маслом	30/5/10	149,5
Итого за завтрак:	345	382,5
Второй завтрак		
Сок(фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	35	65,1
Рассольник со сметаной	150/5	101
Картофельная запеканка с мясом	170	243,5
Компот из сухофруктов	150	64,7
Хлеб ржаной	30	60
Итого за обед:	540	534,3
Полдник		
Выпечка	80	268,1
Чай сладкий	150	87
Итого за полдник:	230	355,1
Итого за день	1215	1321,9

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню дошкольных групп
16.12.2025 (7 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша пшеничная	180	243
Чай сладкий	200	39
Хлеб пшеничный с маслом	35/5/12	173
Итого за завтрак:	432	455
Второй завтрак		
Сок(фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	50	69,6
Рассольник со сметаной	200/5	127,6
Картофельная запеканка с мясом	190	247,17
Компот из сухофруктов	200	86,5
Хлеб ржаной	38	75,6
Итого за обед:	683	606,47
Полдник		
Выпечка	90	312,7
Чай сладкий	180	122
Итого за полдник:	270	434,7
Итого за день	1485	1546,17