



МДОУ детский сад «Радуга»
Меню групп раннего возраста
05.11.2025г. (8 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша гречневая	150	172,1
Яйцо	50	39,2
Какао с молоком	150	73,8
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	112,4
Итого за завтрак:	385	397,5
Второй завтрак		
Сок (фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	40	65,1
Суп рыбный	150	78,4
Кура в соусе	60	87,1
Макароны	110	154
Компот из сухофруктов	150	64,7
Хлеб ржаной	30	60
Итого за обед:	540	551,4
Полдник		
Винегрет	150	146,5
Чай сладкий	150	39
Пряник	20	81,2
Итого за полдник:	320	266,7
Итого за день	1345	1223,5

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню дошкольных групп
05.11.2025г. (8 день)

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, кКал
Завтрак		
Каша гречневая	180	258,1
Яйцо	50	39,2
Какао с молоком	200	88,3
Хлеб пшеничный с маслом	35/5	137,4
Итого за завтрак:	470	523
Второй завтрак		
Сок (фрукты)	100	50
Обед		
Салат овощной	50	69,6
Суп рыбный	200	96,8
Кура в соусе	70	137,42
Макароны	130	171
Компот из сухофруктов	200	86,5
Хлеб ржаной	38	75,6
Итого за обед:	688	636,92
Полдник		
Винегрет	180	195,2
Чай сладкий	200	39
Пряник	25	121,8
Итого за полдник:	405	356
Итого за день	1633	1565,92