

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
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>385</b>	<b>397,5</b>
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
<b>Итого за обед:</b>	<b>540</b>	<b>551,4</b>
Полдник		
Винегрет	150	146,5
Чай сладкий	150	39
Пряник	20	81,2
<b>Итого за полдник:</b>	<b>320</b>	<b>266,7</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1345</b>	<b>1223,5</b>

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
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>470</b>	<b>523</b>
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
<b>Итого за обед:</b>	<b>688</b>	<b>636,92</b>
Полдник		
Винегрет	180	195,2
Чай сладкий	200	39
Пряник	25	121,8
<b>Итого за полдник:</b>	<b>405</b>	<b>356</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1633</b>	<b>1565,92</b>