

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МДОУ детский сад «Радуга»



Терентьева Н.Н.

07.11.2025

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню групп раннего возраста
10.11.2025 (1 день)

| Наименование блюда | Масса порции, г | Калорийность порции, кКал |
|-----------------------------------|-----------------|---------------------------|
| Завтрак | | |
| Макароны отварные с маслом | 100 | 153,95 |
| Чай сладкий | 150 | 39 |
| Печенье | 30 | 101,5 |
| ИТОГО НА ЗАВТРАК | 280 | 294,5 |
| Второй завтрак | | |
| Сок (фрукты) | 100 | 50 |
| Обед | | |
| Салат овощной | 40 | 65,1 |
| Суп гороховый | 150 | 94,9 |
| Плов рисовый с курой | 170 | 232,24 |
| Компот с/фрукты | 150 | 64,7 |
| Хлеб ржаной | 30 | 60 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД: | 540 | 516,94 |
| Полдник | | |
| Сырники творожные со сгущ.молоком | 90/20 | 395,4 |
| Молоко | 150 | 87 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 260 | 482,4 |
| Итого за день | 1180 | 1343,79 |

МДОУ детский сад «Радуга»
Меню групп дошкольного возраста
10.11.2025 (1 день)

| Наименование блюда | Масса порции, г | Калорийность порции, кКал |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------|
| Завтрак | | |
| Макароны отварные с маслом | 130 | 170,6 |
| Чай сладкий | 200 | 39 |
| Печенье | 35 | 121,8 |
| ИТОГО НА ЗАВТРАК | 365 | 331,4 |
| Второй завтрак | | |
| Сок(фрукты) | 100 | 50 |
| Обед | | |
| Салат овощной | 50 | 69,6 |
| Суп гороховый | 200 | 107 |
| Плов рисовый с курой | 190 | 284,12 |
| Компот с/фрукты | 200 | 86,5 |
| Хлеб ржаной | 38 | 75,6 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД: | 678 | 622,82 |
| Полдник | | |
| Сырники творожные с молочным соусом | 100/20 | 445,7 |
| Молоко | 200 | 122 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 320 | 567,7 |
| Итого за день | 1463 | 1571,92 |