Заведующий «МБДОУ 142»
_____ Т.В. Михайловская
«03» апреля 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 435.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	155	272.77
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 612.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124.61
2	Рагу из птицы	200	267.10
3	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
4	Хлеб ржаной	50	121.00
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 368.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272.63
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 406.73 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	145.88
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
3	Яйцо вареное	49	76.84
4	Кофейный напиток с молоком	200	87.21