

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

«05» ноября 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ЯСЛИ**

**Завтрак 318.40 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	150	110
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	180	20

**Завтрак 2 82.80 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82

**Обед 673.06 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	178
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	60	140
3	Каша гречневая рассыпчатая	110	184
4	Овощи отварные (свекла)	40	27
5	Хлеб ржаной	40	96
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45

**Полдник 178.80 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	20	83
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

**Ужин 441.99 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	100	220
2	Соус сметанный	25	21
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72
4	Фрукты свежие (яблоки)	95	49
5	Молоко кипяченое	150	78

Итого ккал за день: 1695.05