

Заведующий «МБДОУ 225»  
\_\_\_\_\_ Т.В.Морозова

«01» апреля 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ЯСЛИ**

**Завтрак 346.09 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда                        | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|-------------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 150                  | 149                           |
| 2        | Хлеб пшеничный формовой                   | 35                   | 84                            |
| 3        | Масло сливочное (порциями)                | 5                    | 37                            |
| 4        | Какао с молоком                           | 180                  | 74                            |

**Завтрак 2 72.00 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|--------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Сок яблочный       | 150                  | 72                            |

**Обед 565.97 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда                     | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|----------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Суп картофельный с фрикадельками       | 150                  | 132                           |
| 2        | Суфле из печени                        | 60                   | 135                           |
| 3        | Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная) | 110                  | 116                           |
| 4        | Капуста тушеная                        | 40                   | 34                            |
| 5        | Хлеб ржаной                            | 40                   | 96                            |
| 6        | Компот из смеси сухофруктов            | 150                  | 48                            |

**Полдник 178.80 ккал**

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

**Ужин 379.07 ккал**

| №<br>п/п | Наименование блюда      | Масса<br>порции, гр. | Калорийность<br>порции, ккал. |
|----------|-------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1        | Запеканка из творога    | 100                  | 199                           |
| 2        | Соус молочный сладкий   | 40                   | 45                            |
| 3        | Хлеб пшеничный формовой | 25                   | 60                            |
| 4        | Фрукты свежие (яблоки)  | 95                   | 49                            |
| 5        | Чай с сахаром           | 180                  | 24                            |

Итого ккал за день: 1541.93