

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«15» апреля 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ**

Завтрак 346.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность 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

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	150	72

Обед 552.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	131
2	Суфле из печени	60	128
3	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	110	116
4	Капуста тушеная	16	29
5	Хлеб ржаной	40	96
6	Компот из смеси сухофруктов	150	48

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 375.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	100	196
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: 1525.18