

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«27» июня 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ**

Завтрак 304.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	149
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	9	32
5	Чай с сахаром	180	24

Завтрак 2 86.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	180	86

Обед 516.04 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	150	80
2	Котлеты из птицы припущенные	60	139
3	Картофель отварной с маслом	120	122
4	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6
5	Хлеб ржаной	40	96
6	Кисель из сухофруктов	150	70

Полдник 204.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	30	108
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 453.90 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	130	269
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60
3	Фрукты свежие (яблоки)	95	49
4	Какао с молоком	180	74

Итого ккал за день: 1565.21