

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«01» июля 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ**

Завтрак 313.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	150	113
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	180	24

Завтрак 2 82.80 ккал

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

Обед 576.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	82
2	Биточки из птицы припущенные	60	139
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 455.59 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	105	220
2	Соус сметанный	25	35
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72
4	Фрукты свежие (яблоки)	95	49
5	Молоко кипяченое	150	78

Итого ккал за день: 1606.72