

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«23» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 310.00 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп молочный с макаронными изделиями	150	125
Хлеб пшеничный формовой	30	72
Масло сливочное (порциями)	5	37
Какао с молоком	180	74

Завтрак 2 82.80 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82

Обед 484.96 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный с крупой (пшениной)	150	87
Перец, фаршированный мясом и рисом	150	248
Овощи свежие (порциями) помидор	40	7
Хлеб ржаной	40	96
Компот из смеси сухофруктов	150	45

Полдник 212.30 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	95	49
Печенье	20	83
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 363.03 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрикадельки рыбные запеченные, с молочным соусом	60	129
Пюре картофельное	110	111
Икра свекольная	40	36
Хлеб пшеничный формовой	25	60
Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1453.09