



Заведующий «МБОУ 225»
Т.Б. Морозова

«26» апреля 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ЯСЛИ

Завтрак 288.53 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	150	102
2	Хлеб пшеничный формовой	20	48
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	7	25
5	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 515.12 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	150	87
2	Кнели говяжьи с рисом	60	204
3	Капуста тушеная	110	78
4	Хлеб ржаной	40	96
5	Компот из смеси сухофруктов	150	48

Полдник 169.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	79	41
2	Хлеб пшеничный	20	48
3	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 315.69 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	53	60
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	110	148
3	Икра морковная	40	34
4	Хлеб пшеничный формовой	20	48
5	Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1360.57