Заведующий МБДОУ 225»
Е.В. Морозова
«16» июня 2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 441.25 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Запеканка из творога с рисом	100	213
Соус молочный сладкий	50	64
Хлеб пшеничный формовой	20	48
Масло сливочное (порциями)	5	37
Кофейный напиток с молоком	180	77

Завтрак 2 82.80 ккал

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

Обед 581.84 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Свекольник	150	117
Жаркое по-домашнему	150	314
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 261.83 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Каша пшенная молочная жидкая	180	140
Хлеб пшеничный	40	96
Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1580.02