Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова
06) июля 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 281.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	60	80
2	Каша пшеничная рассыпчатая	100	90
3	Хлеб пшеничный формовой	20	48
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	180	24

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 577.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	150	83
2	Плов из говядины	150	318
3	Икра кабачковая	40	33
4	Хлеб ржаной	40	96
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45

Полдник 252.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	60	173
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 288.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	180	114
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96
3	Кофейный напиток с молоком	180	77

Итого ккал за день: 1452.91