и.о.заведующего«МБДОУ225»
С.С.Компанеец
«02» ноября 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 347.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	60	110
2	Картофель отварной с маслом	110	114
3	Хлеб пшеничный формовой	25	60
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 602.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	150	73
2	Гуляш из отварной говядины	60	198
3	Макаронные изделия отварные	110	152
4	Икра свекольная	40	36
5	Хлеб ржаной	40	96
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45

Полдник 280.92 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	60	201
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 366.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	155
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	180	74

Итого ккал за день: 1649.89