Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«05» декабря 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 346.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	150
2	Хлеб пшеничный формовой	35	85
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	180	74

Завтрак 2 69.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69

Обед 644.39 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	175
2	Печень говяжья по-строгановски	60	181
3	Каша пшеничная рассыпчатая	110	108
4	Капуста тушеная	40	35
5	Хлеб ржаной	40	97
6	Компот из смеси сухофруктов	150	49

Полдник 178.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	20	83
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 343.41 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	105	209
2	Хлеб пшеничный формовой	25	61
3	Фрукты свежие (яблоки)	95	49
4	Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1581.69