

Заведующий «МБДОУ 225»  
Профессор Г.В. Морозова

«15» апреля 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ЯСЛИ**

**Завтрак 330.78 ккал**

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Макаронные изделия отварные	90	124
Икра кабачковая (промышленного производства)	40	39
Хлеб пшеничный формовой	30	72
Масло сливочное (порциями)	5	37
Сыр полутвердый (порциями)	9	32
Чай с сахаром	180	24

**Завтрак 2 52.00 ккал**

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	100	52

**Обед 579.50 ккал**

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп крестьянский с крупой	150	98
Птица отварная	60	198
Пюре картофельное	107	110
Овощи отварные (свекла)	40	27
Хлеб ржаной	40	96
Компот из смеси сухофруктов	150	48

**Полдник 345.72 ккал**

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Ватрушка с творожным фаршем	60	266
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

**Ужин 340.71 ккал**

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп молочный с крупой пшеничной	150	113
Хлеб пшеничный формовой	30	72
Яйцо вареное	49	76
Кофейный напиток с молоком	180	77

Итого ккал за день: 1648.71