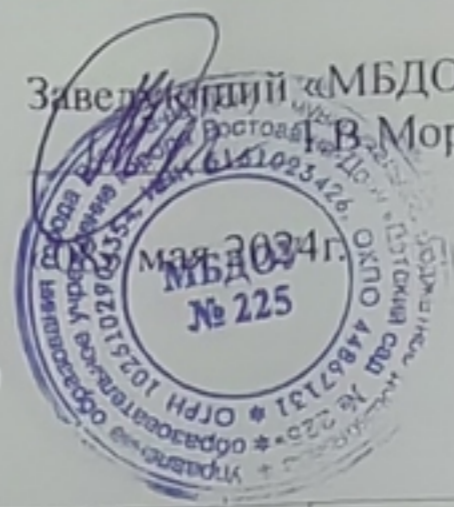


Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 295.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	150	102
2	Хлеб пшеничный формовой	20	48
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	9	32
5	Какао с молоком	180	74

Завтрак 2 72.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	150	72

Обед 510.74 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	150	87
2	Кнели говяжьи с рисом	60	199
3	Капуста тушеная	110	78
4	Хлеб ржаной	40	96
5	Компот из смеси сухофруктов	150	48

Полдник 177.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	95	49
2	Хлеб пшеничный	20	48
3	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79

Ужин 315.69 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	53	60
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	110	148
3	Икра морковная	40	34
4	Хлеб пшеничный формовой	20	48
5	Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1371.30