Заведующий «МБДОУ №225»
Т.В.Морозова
«13» октября 2020г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 379.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	100	199.50
2	Соус молочный сладкий	40	45.18
3	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Чай с сахаром	180	24.49

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 539.50 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	132.84
2	Суфле из печени	60	135.64
3	Картофель отварной с маслом	120	122.32
4	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
5	Хлеб ржаной	40	96.80
6	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 310.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	60	230.94
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 376.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	149.81
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Яйцо вареное	49	76.93
4	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Всего ккал за день: 1657.72

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 225»
Т.В. Морозова
«13» октября 2026г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 478.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	113	256.91
2	Соус молочный сладкий	50	64.48
3	Хлеб пшеничный формовой	37	91.28
4	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
5	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 681.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	169.86
2	Суфле из печени	80	163.29
3	Картофель отварной с маслом	150	152.90
4	Овощи свежие (порциями) огурец	64	9.62
5	Хлеб ржаной	53	130.46
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 370.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272.47
2	Кисломолочный напиток (кефир)	184	97.93

Ужин 466.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	210.99
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91.28
3	Яйцо вареное	49	76.93
4	Кофейный напиток с молоком	200	87.00

Итого ккал за день: 2047.80