и.о.заведующего «МБДОУ 225»
О.Г.Гончар[illegible]

«[illegible]» октября [illegible]

МБДОУ
№ 225

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЯСЛИ

Завтрак 287.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	60	80.38
2	Каша пшеничная рассыпчатая	100	90.84
3	Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
4	Хлеб пшеничный йодированный	20	48.40
5	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
6	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 572.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	150	81.78
2	Плов из говядины	150	315.76
3	Икра кабачковая	40	32.32
4	Хлеб ржаной	40	96.80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	45.90

Полдник 252.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	60	173.32
2	Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50

Ужин 288.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	180	114.53
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
3	Кофейный напиток с молоком	180	77.27

Итого ккал за день: 1453.49

и.о заведу[illegible] 225»
О.Г.Гонч[illegible]
МБДОУ № 225
«29» [illegible]бря 20[illegible]

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 388.49 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	82	103.60
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
3	Овощи свежие (порциями) огурец	59	8.89
4	Хлеб пшеничный йодированный	32	78.05
5	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
6	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 740.85 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	107.19
2	Плов из говядины	201	426.08
3	Икра кабачковая	60	41.10
4	Хлеб ржаной	46	111.51
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 319.13 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224.03
2	Кисломолочный напиток (кефир)	179	95.10

Ужин 338.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	122.45
2	Хлеб пшеничный йодированный	54	130.10
3	Кофейный напиток с молоком	200	85.83

Итого ккал за день: 1838.85