Заведующему «МБДОУ 312»
Снищенко Н.В.
«20» апреля 2022г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ(ясли)

Завтрак 399.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Хлеб пшеничный	30	72
2	Масло сливочное порционное	7	52
3	Кофейный напиток с молоком	150	82
4	Суп молочный с манной крупой	150	89
5	Сыр порционный	11	39
6	Яйцо отварное	40	62

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яблоки свежие	100	52

Обед 568.41 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	180	101
2	Компот из сухофруктов	150	75
3	Хлеб ржаной	40	96
4	Хлеб пшеничный	20	48
5	Кнели говяжьи с рисом	55	122
6	Пюре картофельное	110	102
7	Горох отварной (консервированный)	40	22

Полдник 162.90 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Кефир	150	79
2	Печенье	20	83

Ужин 308.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Хлеб пшеничный	30	72
2	Рыба отварная	65	91
3	Морковь отварная	40	25
4	Картофель отварной со сл. маслом	85	100
5	Чай с лимоном	180	18

Итого ккал за день: 1491.77

Калькулятор

Начальник отдела организации питания