

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

«12» ноября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 480.19 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	111	250
2	Соус молочный сладкий	50	65
3	Хлеб пшеничный формовой	40	98
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 52.00 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

**Обед 646.01 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	90
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	199
3	Картофель отварной с маслом	130	137
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	51	123
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

**Полдник 368.74 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	181	95

**Ужин 477.29 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 2024.23