

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.А.Морозова

«14» ноября 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 369.96 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	77	98
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Хлеб пшеничный формовой	30	73
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 615.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	106
2	Плов	181	284
3	Икра кабачковая	48	47
4	Хлеб ржаной	50	121
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 318.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224
2	Кисломолочный напиток (кефир)	177	94

Ужин 333.19 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	123
2	Хлеб пшеничный формовой	50	123
3	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1688.78