

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«26» ноября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 495.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	118	263
2	Соус молочный сладкий	50	65
3	Хлеб пшеничный формовой	41	101
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 641.43 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	91
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	205
3	Картофель отварной с маслом	130	137
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	46	111
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 369.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	181	96

Ужин 478.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	41	101
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 2036.31