

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«28» ноября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 387.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	122
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Хлеб пшеничный формовой	27	67
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 647.81 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	112
2	Плов	194	315
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	53	52
4	Хлеб ржаной	46	112
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 319.89 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 323.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	46	112
3	Кофейный напиток с молоком	200	87

Итого ккал за день: 1731.00