

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

«20» декабря 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 501.76 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	331
2	Хлеб пшеничный формовой	43	104
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	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 801.82 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	102
2	Гуляш в томатном соусе	80	311
3	Пюре картофельное	130	128
4	Икра морковная	60	50
5	Хлеб ржаной	52	126
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	178	82

**Полдник 341.42 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка российская	70	249
2	Кисломолочный напиток (кефир)	172	91

**Ужин 435.23 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	169
2	Хлеб пшеничный формовой	43	104
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	84

Итого ккал за день: 2132.23