

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«24» декабря 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 433.20 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	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	84

Завтрак 2 77.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	162	77

Обед 753.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	173
2	Печень говяжья по-строгановски	62	193
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	54	49
5	Хлеб ржаной	53	130
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 313.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	198	105

Ужин 449.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	119	276
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Фрукты свежие (яблоки)	87	45
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2027.12