

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«26» февраля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 355.69 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Суп молочный с крупой манной | 200 | 123 |
| 2 | Хлеб пшеничный формовой | 29 | 72 |
| 3 | Масло сливочное (порциями) | 5 | 37 |
| 4 | Сыр полутвердый (порциями) | 11 | 40 |
| 5 | Какао с молоком | 200 | 82 |

Завтрак 2 72.50 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|--------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Сок яблочный | 150 | 72 |

Обед 621.96 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-----------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Суп картофельный с крупой | 200 | 108 |
| 2 | Кнели говяжьи с рисом | 92 | 227 |
| 3 | Капуста тушеная | 130 | 97 |
| 4 | Хлеб ржаной | 54 | 131 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 57 |

Полдник 222.98 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52 |
| 2 | Хлеб пшеничный | 29 | 72 |
| 3 | Кисломолочный напиток (кефир) | 186 | 98 |

Ужин 334.22 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|---|-------------------|----------------------------|
| 1 | Рыба отварная | 80 | 56 |
| 2 | Картофель, запеченный в сметанном соусе | 130 | 150 |
| 3 | Икра морковная | 60 | 50 |
| 4 | Хлеб пшеничный формовой | 19 | 48 |
| 5 | Чай с сахаром | 200 | 28 |

Итого ккал за день: 1607.35

Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____