

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«12» марта 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 365.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	125
2	Хлеб пшеничный формовой	29	71
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	84

Завтрак 2 79.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	166	79

Обед 578.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	80	196
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	48	118
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 216.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Хлеб пшеничный	29	71
3	Кисломолочный напиток (кефир)	175	92

Ужин 359.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	79	73
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	159
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	19	48
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1600.37