

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«21» марта 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 448.15 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	160	283
2	Хлеб пшеничный формовой	41	99
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 625.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124
2	Рагу из птицы	200	248
3	Овощи отварные (свекла)	60	45
4	Хлеб ржаной	51	124
5	Кисель из сухофруктов	180	82

Полдник 366.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	273
2	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 414.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	148
2	Хлеб пшеничный формовой	41	99
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	89

Итого ккал за день: 1907.06