

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«01» апреля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 437.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	42	102
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	84

Завтрак 2 75.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	157	75

Обед 729.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	167
2	Суфле из печени	80	167
3	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	130	160
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	52	125
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 315.13 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	201	106

Ужин 512.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	120	264
2	Соус молочный сладкий	50	65
3	Хлеб пшеничный формовой	42	102
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2071.13