

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«10» апреля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 449.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	77	98
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	62	60
4	Хлеб пшеничный йодированный	38	91
5	Масло сливочное (порциями)	5	37
6	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 684.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп крестьянский с крупой	200	110
2	Гуляш из отварного мяса	75	202
3	Картофель отварной с маслом	130	137
4	Икра свекольная	60	53
5	Хлеб ржаной	50	122
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 285.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	198	104

Ужин 452.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	199
2	Хлеб пшеничный йодированный	38	91
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1924.21