

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«28» апреля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 462.29 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	130	194
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	59	58
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	96
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
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 736.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	91
2	Птица в соусе с томатом	80	288
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	51	125
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 383.27 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	288
2	Кисломолочный напиток (кефир)	177	94

Ужин 394.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	136
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	96
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	85

Итого ккал за день: 2029.09