

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«30» апреля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 434.69 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	180	163
2	Хлеб пшеничный формовой	41	101
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	46
5	Кофейный напиток с молоком	200	86

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 761.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	101
2	Котлеты из говядины	80	242
3	Каша гречневая вязкая	130	184
4	Икра свекольная	60	53
5	Хлеб ржаной	50	121
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 370.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка дорожная	70	276
2	Кисломолочный напиток (кефир)	177	93

Ужин 397.59 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	128
2	Картофель отварной с маслом	130	137
3	Овощи отварные (морковь)	60	40
4	Хлеб пшеничный формовой	26	63
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2015.38