

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«21» мая 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 360.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	31	75
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	11	40
5	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 75.35 ккал

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

Обед 589.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	81	198
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	52	126
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 225.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Хлеб пшеничный	31	75
3	Кисломолочный напиток (кефир)	185	98

Ужин 359.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	80	74
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	156
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	20	50
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1610.54