Заведующий «МБДОУ 225»
_____Т.В.Морозова

«02» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 416.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	199
2	Овощи свежие (порциями) огурец	64	9
3	Хлеб пшеничный йодированный	39	94
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 88.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	184	88

Обед 820.47 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	130
2	Птица отварная (с соусом сметанным с томатом)	82	309
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Овощи свежие (порциями) помидор	64	11
5	Хлеб ржаной	49	118
6	Компот из сушеных фруктов	180	54

Полдник 372.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка дорожная	70	276
2	Кисломолочный напиток (кефир)	181	96

Ужин 371.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рагу из овощей	150	135
2	Хлеб пшеничный йодированный	39	94
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	89

Итого ккал за день: 2069.86