Заведующий «МБДОУ 225»
_____Т.В.Морозова

«03» июня 2025г.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
# САД

**Завтрак 367.90 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Суп молочный с крупой пшеничной | 200 | 139 |
| 2 | Хлеб пшеничный формовой | 35 | 86 |
| 3 | Масло сливочное (порциями) | 5 | 37 |
| 4 | Яйцо вареное | 49 | 76 |
| 5 | Чай с сахаром | 200 | 28 |

**Завтрак 2 81.86 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 177 | 81 |

**Обед 708.42 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 91 |
| 2 | Биточки из птицы припущенные | 70 | 152 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 243 |
| 4 | Овощи отварные (свекла) | 60 | 45 |
| 5 | Хлеб ржаной | 49 | 120 |
| 6 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 54 |

**Полдник 317.13 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Печенье | 50 | 208 |
| 2 | Кисломолочный напиток (кефир) | 205 | 108 |

**Ужин 547.54 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Сырники из творога запеченные | 120 | 287 |
| 2 | Соус сметанный | 30 | 40 |
| 3 | Хлеб пшеничный формовой | 30 | 74 |
| 4 | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52 |
| 5 | Молоко кипяченое | 180 | 93 |

Итого ккал за день: 2022.85