

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«05» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 420.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	134
2	Картофель отварной с маслом	130	137
3	Хлеб пшеничный йодированный	34	82
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	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 679.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	101
2	Гуляш из отварного мяса	62	165
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Икра свекольная	60	44
5	Хлеб ржаной	48	117
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 322.52 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	225
2	Кисломолочный напиток (кефир)	183	97

Ужин 451.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	207
2	Хлеб пшеничный йодированный	34	82
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	85

Итого ккал за день: 1925.96