

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«20» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 516.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	120	251
2	Соус молочный сладкий	50	64
3	Хлеб пшеничный формовой	30	74
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Кофейный напиток с молоком	200	87

Завтрак 2 88.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	185	88

Обед 577.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	136
2	Рагу из птицы	200	249
3	Овощи свежие (порциями) помидор	58	10
4	Хлеб ржаной	52	126
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 253.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	183	97

Ужин 323.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	171
2	Хлеб пшеничный	51	124
3	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1760.05