

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«27» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 403.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	210
2	Хлеб пшеничный формовой	33	80
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 89.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	187	89

Обед 631.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	100
2	Котлеты из птицы припущенные	70	161
3	Картофель отварной с маслом	150	152
4	Овощи свежие (порциями) огурец	64	9
5	Хлеб ржаной	51	124
6	Кисель из сухофруктов	180	82

Полдник 287.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	200	106

Ужин 519.96 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	149	316
2	Хлеб пшеничный формовой	28	68
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Какао с молоком	200	82

Итого ккал за день: 1931.63