

Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«01» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 366.11 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	137
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 83.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	181	83

Обед 721.38 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	92
2	Биточки из птицы припущенные	70	170
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	47	115
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 312.55 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	196	104

Ужин 540.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	117	283
2	Соус сметанный	30	39
3	Хлеб пшеничный формовой	30	73
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	176	91

Итого ккал за день: 2024.13