

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«22» июля 2025г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 512.94 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Запеканка из творога	127	283
Соус молочный сладкий	50	63
Хлеб пшеничный формовой	41	100
Масло сливочное (порциями)	5	37
Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 702.62 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный с фрикадельками	200	180
Суфле из печени	80	176
Картофель отварной с маслом	150	152
Овощи свежие (порциями) огурец	78	11
Хлеб ржаной	52	126
Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 369.52 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Булочка домашняя	70	272
Кисломолочный напиток (кефир)	184	97

Ужин 470.94 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	208
Хлеб пшеничный формовой	41	100
Яйцо вареное	49	76
Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 2108.02