

Заведующий «МБДОУ 225»

Г.В.Морозова

«23» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 389.99 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169
Хлеб пшеничный формовой	40	99
Масло сливочное (порциями)	5	37
Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 82.80 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82

Обед 628.22 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный с крупой (пшениной)	200	108
Перец, фаршированный мясом и рисом	200	328
Овощи свежие (порциями) помидор	64	11
Хлеб ржаной	51	124
Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 252.23 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрукты свежие (яблоки)	100	52
Печенье	25	104
Кисломолочный напиток (кефир)	181	95

Ужин 465.63 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	180
Пюре картофельное	130	128
Икра свекольная	60	53
Хлеб пшеничный формовой	30	74
Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1818.87