

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ САД

Завтрак 301.75 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	140.92
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95.40
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 77.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	168	77.33

Обед 612.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	94.79
2	Биточки из птицы припущенные	70	160.87
3	Пюре картофельное	130	128.83
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	51	124.85
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Подник 313.01 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	197	104.51

Ужин 514.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	148	314.62
2	Хлеб пшеничный формовой	24	59.60
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
4	Кофейный напиток с молоком	200	88.13

Итого ккал за день: 1818.68

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 301.75 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	140.92
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95.40
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 77.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	168	77.33

Обед 612.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	94.79
2	Биточки из птицы припущенные	70	160.87
3	Пюре картофельное	130	128.83
4	Овощи отварные (свекла)	60	45.09
5	Хлеб ржаной	51	124.85
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 313.01 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	197	104.51

Ужин 514.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	148	314.62
2	Хлеб пшеничный формовой	24	59.60
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
4	Кофейный напиток с молоком	200	88.13

Итого ккал за день: 1818.68