

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В. Морозова

«15» апреля 2026г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 427.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	180	163.90
2	Хлеб пшеничный формовой	38	92.01
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
5	Кофейный напиток с молоком	200	86.96

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 771.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	101.92
2	Котлеты из говядины	80	241.99
3	Каша гречневая вязкая	130	184.27
4	Икра свекольная	60	53.52
5	Хлеб ржаной	54	132.37
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 368.07 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка дорожная	70	276.30
2	Кисломолочный напиток (кефир)	172	91.77

Ужин 407.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	144.02
2	Картофель отварной с маслом	130	137.50
3	Овощи отварные (морковь)	60	40.05
4	Хлеб пшеничный формовой	23	57.50
5	Чай с сахаром	200	28.03

Итого ккал за день: 2026.51

