

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«17» января 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 305.01 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 74.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	155	74

Обед 668.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	93
2	Бефстроганов из отварного мяса	58	215
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	52	127
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 308.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	206
2	Кисломолочный напиток (кефир)	191	101

Ужин 508.65 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые со сметаной	120	269
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1865.20