

№ 0 Заведующий «МБДОУ 225»

«07» февраля 2023г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД  
Завтрак 424.76 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	84

**Завтрак 2 71.91 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	156	71

**Обед 776.10 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	190
2	Печень говяжья по-строгановски	77	212
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	47	115
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 313.89 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	51	210
2	Кисломолочный напиток (кефир)	195	103

**Ужин 445.84 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	118	274
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91
3	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2032.50