



и.о. Заведующего «МБДОУ 225»  
А.В. Нагапетян

«10» февраля 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 435.73 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	155	270
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 52.19 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

**Обед 758.91 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124
2	Жаркое по-домашнему	183	398
3	Овощи отварные (свекла)	60	45
4	Хлеб ржаной	54	132
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 364.76 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	174	92

**Ужин 404.90 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	143
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 2016.49