



Заведующий «МБОУ 225»
Т.В.Морозова

20» февраля 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 428.07 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	120	184
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	44	43
3	Хлеб пшеничный формовой	37	90
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	12	43
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 41.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	79	41

Обед 685.49 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп крестьянский с крупой	200	113
2	Птица отварная	80	228
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	46	111
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 402.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	307
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 394.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	87

Итого ккал за день: 1952.39