

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«28» февраля 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Сад

Завтрак 307.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	141
2	Хлеб пшеничный формовой	41	101
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 78.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	165	78

Обед 613.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	90
2	Суфле из печени	80	179
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	46	111
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 314.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	206
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

Ужин 510.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые со сметаной	120	268
2	Хлеб пшеничный формовой	41	101
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 1825.07