

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 368.46 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	30	74
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	84

**Завтрак 2 73.01 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	158	73

**Обед 617.77 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	78	226
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	52	127
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 219.51 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	98	51
2	Хлеб пшеничный	30	74
3	Кисломолочный напиток (кефир)	175	93

**Ужин 365.03 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	74	69
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	165
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	21	51
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1643.78