

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«10» марта 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 441.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	158	277
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 51.89 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51

Обед 741.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124
2	Жаркое по-домашнему	178	387
3	Овощи отварные (свекла)	60	45
4	Хлеб ржаной	52	125
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 363.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	271
2	Кисломолочный напиток (кефир)	172	91

Ужин 401.59 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	142
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1999.39