

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 298.16 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 72.62 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	157	72

**Обед 628.56 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	89
2	Суфле из печени	80	188
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	49	119
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 315.38 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

**Ужин 505.56 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые со сметаной	120	273
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93
3	Фрукты свежие (яблоки)	98	51
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1820.28