

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 367.36 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	83

**Завтрак 2 75.47 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	157	75

**Обед 629.36 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	82	237
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	52	127
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 219.27 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
2	Хлеб пшеничный	30	74
3	Кисломолочный напиток (кефир)	175	92

**Ужин 357.43 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	69	64
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	164
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	20	49
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1648.89