



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«03» апреля 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 445.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	120	184
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	46	46
3	Хлеб пшеничный формовой	43	103
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 51.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 690.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп крестьянский с крупой	200	114
2	Птица отварная	80	229
3	Пюре картофельное	130	129
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	48	116
6	Компот из смеси сухофруктов	180	58

Полдник 396.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	305
2	Кисломолочный напиток (кефир)	172	91

Ужин 407.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	140
2	Хлеб пшеничный формовой	43	103
3	Яйцо вареное	49	77
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 1991.57