



Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«04» апреля 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД
Завтрак 423.43 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	210
2	Хлеб пшеничный формовой	39	94
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	82

Завтрак 2 70.62 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	154	71

Обед 744.75 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	170
2	Печень говяжья по-строгановски	63	192
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	150
4	Капуста тушеная	60	51
5	Хлеб ржаной	52	125
6	Компот из смеси сухофруктов	180	58

Полдник 314.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	201	106

Ужин 455.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	122	281
2	Хлеб пшеничный формовой	39	94
3	Фрукты свежие (яблоки)	101	52
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2008.18