



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«10» апреля 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 459.64 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	197
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	49
3	Хлеб пшеничный формовой	42	101
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 73.75 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	154	74

**Обед 827.94 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	131
2	Птица в соусе с томатом	80	279
3	Макаронные изделия отварные	130	195
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	52	126
6	Компот из смеси сухофруктов	180	58

**Полдник 340.92 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	244
2	Кисломолочный напиток (кефир)	184	97

**Ужин 452.71 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	209
2	Хлеб пшеничный формовой	42	101
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Молоко кипяченое	174	91

Итого ккал за день: 2154.96