

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«26» апреля 2023г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 361.24 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)	11	40
5	Какао с молоком	200	84

Завтрак 2 75.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	158	75

Обед 618.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	78	225
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	53	129
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 217.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	94	48
2	Хлеб пшеничный	30	74
3	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 354.06 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	65	61
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	163
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	21	50
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1626.37