

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«10» мая 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 366.37 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	30	73
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 72.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	157	72

Обед 615.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	77	224
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	52	127
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 218.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
2	Хлеб пшеничный	30	73
3	Кисломолочный напиток (кефир)	175	92

Ужин 349.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	63	59
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	162
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	20	49
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1622.42