

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«06» мая 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 420.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	210
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	82

Завтрак 2 72.66 ккал

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

Обед 764.92 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	178
2	Печень говяжья по-строгановски	76	208
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	49	119
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 316.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	209
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

Ужин 444.73 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	118	274
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2020.13