



и.о. Заведующего «МБДОУ225»
А.В.Новохацкая

М «18» мая 2023г.
№ 225

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 452.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная с соусом польским	80	110
2	Пюре картофельное	130	128
3	Капуста тушеная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	40	97
5	Масло сливочное (порциями)	5	37
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 76.90 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	160	76

Обед 711.08 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	139
2	Плов из говядины	174	350
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб ржаной	46	112
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 280.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	47	172
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

Ужин 364.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	122
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Молоко кипяченое	175	91

Итого ккал за день: 1885.70