



и.о. заведующего «МБДОУ225»  
А.В.Новохакая

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 442.04 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	160	281
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 51.89 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51

**Обед 741.03 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124
2	Жаркое по-домашнему	178	387
3	Овощи отварные (свекла)	60	45
4	Хлеб ржаной	52	125
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 363.76 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	172	91

**Ужин 400.65 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	143
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1999.37