



и.о.заведующего «МБДОУ 225»
А.В.Новохацкая

«22» мая 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 449.89 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	198
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	47	46
3	Хлеб пшеничный формовой	38	92
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 75.77 ккал

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

Обед 821.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	130
2	Птица в соусе с томатом	80	278
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	49	119
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 342.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	244
2	Кисломолочный напиток (кефир)	185	98

Ужин 453.15 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	38	92
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Молоко кипяченое	184	96

Итого ккал за день: 2142.48