

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

«30» мая 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 438.03 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	42	102
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	85

**Завтрак 2 75.86 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	164	75

**Обед 831.25 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	203
2	Печень говяжья по-строгановски	93	236
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	54	132
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 312.18 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	207
2	Кисломолочный напиток (кефир)	196	104

**Ужин 460.19 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	119	277
2	Хлеб пшеничный формовой	42	102
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2117.51