



Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 412.12 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	127
2	Картофель отварной с маслом	130	137
3	Хлеб пшеничный формовой	33	81
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 44.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	87	44

Обед 724.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	90
2	Гуляш из отварной говядины	74	216
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Икра кабачковая	50	37
5	Хлеб ржаной	54	130
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 320.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	225
2	Кисломолочный напиток (кефир)	178	94

Ужин 452.86 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	208
2	Хлеб пшеничный формовой	33	81
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1954.91