



Заведующий «МБДОУ 225»
Г.В. Морозова

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 517.55 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	134	296
2	Соус молочный сладкий	50	63
3	Хлеб пшеничный формовой	37	91
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 614.50 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	94
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	202
3	Картофель отварной с маслом	130	137
4	Овощи свежие (порциями) огурец	55	8
5	Хлеб ржаной	48	116
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 371.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	187	99

Ужин 463.37 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	209
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	85

Итого ккал за день: 2019.05