

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«22» июня 2023г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 369.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	78	99
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Хлеб пшеничный формовой	29	72
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 51.84 ккал

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

Обед 741.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	111
2	Плов из говядины	201	404
3	Икра кабачковая	50	38
4	Хлеб ржаной	54	131
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 322.95 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	223
2	Кисломолочный напиток (кефир)	187	99

Ужин 325.47 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	120
2	Хлеб пшеничный формовой	49	120
3	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1811.28