

Заведующий «МБДОУ 225»

Г.В. Морозова

«27» июня 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 376.68 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	137
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 88.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	185	88

Обед 866.43 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	223
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	80	172
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	52	127
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 317.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	51	210
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

Ужин 569.55 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	119	291
2	Соус сметанный	30	38
3	Хлеб пшеничный формовой	40	96
4	Фрукты свежие (яблоки)	98	51
5	Молоко кипяченое	176	91

Итого ккал за день: 2218.84