



МБДОУ 225»
В. Морозова

28» июня 2023 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 380.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	125
2	Хлеб пшеничный формовой	34	82
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Кофейный напиток с молоком	200	88

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 660.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	103
2	Котлеты из говядины	71	248
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи свежие (порциями) огурец	60	9
5	Хлеб ржаной	48	116
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 284.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	49	179
2	Кисломолочный напиток (кефир)	197	104

Ужин 426.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	146
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	151
3	Кабачки припущенные	52	30
4	Хлеб пшеничный формовой	29	70
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1804.60