



Заведующий «МБДОУ 225»
И.В. Морозова

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 415.66 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	126
2	Картофель отварной с маслом	130	137
3	Хлеб пшеничный формовой	35	85
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 51.43 ккал

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

Обед 736.15 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	98
2	Гуляш из отварной говядины	76	221
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Икра кабачковая	50	38
5	Хлеб ржаной	52	127
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 320.86 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	225
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 453.62 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	206
2	Хлеб пшеничный формовой	35	85
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1977.72