

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«05» июля 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 380.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	168
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 85.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	185	85

Обед 641.04 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	350
3	Овощи свежие (порциями) помидор	49	8
4	Хлеб ржаной	48	118
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 253.27 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	183	97

Ужин 451.86 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	173
2	Пюре картофельное	130	128
3	Икра свекольная	60	53
4	Хлеб пшеничный формовой	28	68
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1811.76