

Заведующий «МБДОУ 225»
А.В.Новохацкая

«12» июля 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 376.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	125
2	Хлеб пшеничный формовой	35	85
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	11	40
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 654.29 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	102
2	Котлеты из говядины	66	237
3	Пюре картофельное	130	129
4	Овощи свежие (порциями) огурец	44	7
5	Хлеб ржаной	52	125
6	Компот из смеси сухофруктов	180	55

Полдник 286.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	180
2	Кисломолочный напиток (кефир)	201	107

Ужин 403.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	124
2	Каша пшеничная рассыпчатая	126	147
3	Кабачки припущенные	56	31
4	Хлеб пшеничный формовой	30	73
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1772.63