



Заведующий «МБДОУ 225»

А.В.Новохацкая

«18» июля 2023г.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

### САД

#### Завтрак 520.34 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	132	293
2	Соус молочный сладкий	50	64
3	Хлеб пшеничный формовой	40	98
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

#### Завтрак 2 52.00 ккал

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

#### Обед 613.62 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	88
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	200
3	Картофель отварной с маслом	130	138
4	Овощи свежие (порциями) огурец	52	8
5	Хлеб ржаной	52	125
6	Компот из смеси сухофруктов	180	55

#### Полдник 368.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	182	97

#### Ужин 470.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	210
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Яйцо вареное	49	77
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 2025.77