



Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«25» июля 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 381.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	41	99
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 86.96 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	182	86

Обед 809.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	187
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	73	161
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	48	116
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 313.90 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	209
2	Кисломолочный напиток (кефир)	196	104

Ужин 577.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	120	293
2	Соус сметанный	30	37
3	Хлеб пшеничный формовой	41	99
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	181	94

Итого ккал за день: 2168.46