



Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

«27» июля 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 418.66 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	129
2	Картофель отварной с маслом	130	137
3	Хлеб пшеничный формовой	35	86
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 737.64 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	97
2	Гуляш из отварной говядины	79	229
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Икра кабачковая	50	37
5	Хлеб ржаной	51	123
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

**Полдник 318.26 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	225
2	Кисломолочный напиток (кефир)	175	92

**Ужин 454.07 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	206
2	Хлеб пшеничный формовой	35	86
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1980.63