



Заведующий «МБДОУ 225»
Г.В. Морозова
«08» августа 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 375.09 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	140
2	Хлеб пшеничный формовой	38	92
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 84.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	176	84

Обед 858.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	196
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	90	189
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	53	129
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 312.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	209
2	Кисломолочный напиток (кефир)	194	103

Ужин 579.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	121	297
2	Соус сметанный	30	41
3	Хлеб пшеничный формовой	38	92
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	184	96

Итого ккал за день: 2210.60