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

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## САД

**Завтрак 524.88 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Запеканка из творога | 135 | 299 |
| 2 | Соус молочный сладкий | 50 | 62 |
| 3 | Хлеб пшеничный формовой | 40 | 97 |
| 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 653.30 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 95 |
| 2 | Оладьи из печени по-кунцевски | 80 | 229 |
| 3 | Картофель отварной с маслом | 130 | 137 |
| 4 | Овощи свежие (порциями) огурец | 67 | 10 |
| 5 | Хлеб ржаной | 51 | 125 |
| 6 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 54 |

**Полдник 370.22 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Булочка домашняя | 70 | 271 |
| 2 | Кисломолочный напиток (кефир) | 185 | 98 |

**Ужин 465.19 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 200 | 207 |
| 2 | Хлеб пшеничный формовой | 40 | 97 |
| 3 | Яйцо вареное | 49 | 76 |
| 4 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 83 |

Итого ккал за день: 2065.59