



Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова
«16» августа 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ САД

Завтрак 383.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	167
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	82

Завтрак 2 81.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	177	81

Обед 665.53 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	373
3	Овощи свежие (порциями) помидор	50	9
4	Хлеб ржаной	49	119
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 249.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 468.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	187
2	Пюре картофельное	130	128
3	Икра свекольная	60	53
4	Хлеб пшеничный формовой	29	71
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1849.01