

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«23» августа 2023г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 386.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	37	90
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Кофейный напиток с молоком	200	87

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 658.01 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	99
2	Котлеты из говядины	68	242
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи свежие (порциями) огурец	58	8
5	Хлеб ржаной	51	123
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 209.85 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	29	107
2	Кисломолочный напиток (кефир)	193	102

Ужин 415.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	128
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	151
3	Кабачки припущенные	47	29
4	Хлеб пшеничный формовой	31	77
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1721.17