

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

13 августа 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД
Завтрак 377.78 ккал



№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	82	103
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Хлеб пшеничный формовой	31	75
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.13 ккал

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

Обед 734.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	111
2	Плов из говядины	206	408
3	Икра кабачковая	50	33
4	Хлеб ржаной	52	127
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 323.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	223
2	Кисломолочный напиток (кефир)	188	99

Ужин 331.04 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	120
2	Хлеб пшеничный формовой	52	126
3	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1819.14