



Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В. Морозова

«05» сентября 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 378.86 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп молочный с крупой пшеничной	200	138
Хлеб пшеничный формовой	41	99
Масло сливочное (порциями)	5	37
Яйцо вареное	49	77
Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 86.76 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Сок яблочный	180	87

Обед 811.75 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Суп картофельный с фрикадельками	200	183
Печень, тушенная в соусе сметанном	70	161
Каша гречневая рассыпчатая	130	243
Овощи отварные (свекла)	60	45
Хлеб ржаной	51	124
Компот из смеси сухофруктов	180	55

Полдник 314.43 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Печенье	50	209
Кисломолочный напиток (кефир)	200	106

Ужин 578.64 ккал

Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
Сырники из творога запеченные	121	295
Соус сметанный	30	41
Хлеб пшеничный формовой	41	99
Фрукты свежие (яблоки)	100	52
Молоко кипяченое	176	92

Итого ккал за день: 2170.44