

Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В. Морозова

«06» сентября 2023г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 381.08 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	35	84
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Кофейный напиток с молоком	200	88

**Завтрак 2 52.00 ккал**

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

**Обед 728.14 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	104
2	Котлеты из говядины	97	303
3	Пюре картофельное	130	129
4	Овощи свежие (порциями) огурец	52	8
5	Хлеб ржаной	53	129
6	Компот из смеси сухофруктов	180	55

**Полдник 279.38 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	179
2	Кисломолочный напиток (кефир)	189	100

**Ужин 416.02 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	141
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	152
3	Кабачки припущенные	19	23
4	Хлеб пшеничный формовой	30	72
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1856.62