



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«07» сентября 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 427.05 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	139
2	Картофель отварной с маслом	130	138
3	Хлеб пшеничный формовой	35	85
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 80.21 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	174	80

**Обед 746.52 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	97
2	Гуляш из отварной говядины	82	235
3	Макаронные изделия отварные	130	195
4	Икра кабачковая	50	34
5	Хлеб ржаной	54	131
6	Компот из смеси сухофруктов	180	55

**Полдник 316.83 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	226
2	Кисломолочный напиток (кефир)	172	91

**Ужин 455.00 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	208
2	Хлеб пшеничный формовой	35	85
3	Яйцо вареное	49	77
4	Какао с молоком	200	85

Итого ккал за день: 2025.61