

Заведующий «МБДОУ 225»
Г.В. Морозова

19 сентября 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 374.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 70.49 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	148	70

Обед 798.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	180
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	66	153
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	50	121
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 311.45 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	194	102

Ужин 568.12 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	118	289
2	Соус сметанный	30	38
3	Хлеб пшеничный формовой	38	93
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	182	94

Итого ккал за день: 2123.61