

Заведующий «МБДОУ 225»

«11» октября 2023г.

*Сад*

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Завтрак 380.28 ккал**



№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	167
2	Хлеб пшеничный формовой	38	92
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	82

**Завтрак 2 86.40 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	180	86

**Обед 663.49 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	368
3	Овощи свежие (порциями) помидор	51	9
4	Хлеб ржаной	50	121
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

**Полдник 249.06 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
2	Печенье	25	102
3	Кисломолочный напиток (кефир)	178	94

**Ужин 462.32 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	182
2	Пюре картофельное	130	128
3	Икра свекольная	60	53
4	Хлеб пшеничный формовой	28	69
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1841.55

Калькулятор \_\_\_\_\_

Начальник отдела организации питания \_\_\_\_\_