Заведующий «МБДОУ 225»
Л.В.Морозова

«24» октября 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 490.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	120	270
2	Соус молочный сладкий	50	63
3	Хлеб пшеничный формовой	37	91
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 656.39 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	94
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	209
3	Картофель отварной с маслом	130	137
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	49	120
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 365.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 463.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	209
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	85

Итого ккал за день: 2028.15