



Заведующий «МБДОУ 225»

Л.В. Морозова

«06» октября 2023г.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

### САД

#### Завтрак 367.01 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	71	99
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Хлеб пшеничный формовой	28	69
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

#### Завтрак 2 52.13 ккал

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

#### Обед 723.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	105
2	Плов из говядины	202	402
3	Икра кабачковая	50	36
4	Хлеб ржаной	51	124
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

#### Полдник 320.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224
2	Кисломолочный напиток (кефир)	181	96

#### Ужин 331.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	126
2	Хлеб пшеничный формовой	47	115
3	Кофейный напиток с молоком	200	89

Итого ккал за день: 1794.20