



И.О. заведующего «МБДОУ225»
С. Компанеец

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 386.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	168
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 85.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	178	85

Обед 632.65 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Рагу овощное с мясом	200	339
3	Хлеб ржаной	53	129
4	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 250.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	99	51
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	177	94

Ужин 467.75 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	184
2	Пюре картофельное	130	128
3	Икра свекольная	60	53
4	Хлеб пшеничный формовой	30	73
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1823.37