Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«14» ноября 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 381.69 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	137
2	Хлеб пшеничный формовой	42	101
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 82.68 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	179	82

Обед 860.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	204
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	97	195
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	48	116
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 308.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	49	203
2	Кисломолочный напиток (кефир)	198	105

Ужин 574.89 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	118	290
2	Соус сметанный	30	39
3	Хлеб пшеничный формовой	42	101
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	176	91

Итого ккал за день: 2208.94