



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В. Морозова

15 ноября 2023г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 380.52 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	122
2	Хлеб пшеничный формовой	35	86
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Кофейный напиток с молоком	200	86

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 724.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	103
2	Котлеты из говядины	80	267
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	53	130
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 285.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	196	104

Ужин 415.52 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	135
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	151
3	Горох отварной (консервированный)	45	25
4	Хлеб пшеничный формовой	30	74
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1858.06