

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В. Морозова

«23» ноября 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 368.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	75	96
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	133
3	Хлеб пшеничный формовой	31	75
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 721.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	105
2	Плов из говядины	198	396
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб ржаной	47	114
5	Компот из смеси сухофруктов	180	55

Полдник 316.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224
2	Кисломолочный напиток (кефир)	174	92

Ужин 336.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	52	125
3	Кофейный напиток с молоком	200	87

Итого ккал за день: 1794.89