

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«29» ноября 2023г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 375.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	123
2	Хлеб пшеничный формовой	33	81
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 686.23 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	100
2	Котлеты из говядины	71	247
3	Пюре картофельное	130	129
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	48	115
6	Компот из смеси сухофруктов	180	55

Полдник 284.95 ккал

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

Ужин 392.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	121
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	152
3	Горох отварной (консервированный)	36	23
4	Хлеб пшеничный формовой	29	69
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1791.01