

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД
Завтрак 359.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	122
2	Хлеб пшеничный формовой	28	69
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	82

Завтрак 2 77.47 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	162	77

Обед 602.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	79	228
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	45	110
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 217.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Хлеб пшеничный	28	69
3	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 370.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	85	79
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	166
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	19	46
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1626.70