

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«18» декабря 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 449.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	120	184
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	55	54
3	Хлеб пшеничный формовой	40	98
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	27

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 692.15 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп крестьянский с крупой	200	114
2	Птица отварная	80	228
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	48	117
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 398.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	305
2	Кисломолочный напиток (кефир)	174	92

Ужин 401.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	87

Итого ккал за день: 1993.22