

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«27» декабря 2023г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 360.29 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	123
2	Хлеб пшеничный формовой	28	69
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 73.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	154	73

Обед 612.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	76	221
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	52	127
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 219.49 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)	185	98

Ужин 370.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	83	77
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	168
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	18	45
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1637.02