

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

09 января 2024г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД
Завтрак 425.77 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 73.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	158	73

Обед 794.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	191
2	Печень говяжья по-строгановски	83	222
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	50	121
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 310.77 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	192	102

Ужин 448.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	118	274
2	Хлеб пшеничный формовой	38	93
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2051.59