



Заведующий «МБДОУ 225»
В. Морозова

«17» января 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 365.27 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	123
2	Хлеб пшеничный формовой	30	74
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	82

Завтрак 2 76.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	165	76

Обед 610.59 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	51	125
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 224.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Хлеб пшеничный	30	74
3	Кисломолочный напиток (кефир)	183	97

Ужин 369.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	79	73
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	167
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	20	49
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1645.70