



Заведующий «МБДОУ 225»

Г.В.Морозова

12 февраля 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 464.96 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	197
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	52	51
3	Хлеб пшеничный формовой	42	103
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 77.25 ккал

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

Обед 833.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	130
2	Птица в соусе с томатом	80	278
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	54	131
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 341.89 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	243
2	Кисломолочный напиток (кефир)	185	98

Ужин 457.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	210
2	Хлеб пшеничный формовой	42	103
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Молоко кипяченое	177	92

Итого ккал за день: 2175.84