

Заведующий «МБДОУ 225»

Г.В. Морозова

февраля 2024г.



## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 300.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	138
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 74.30 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	161	74

Обед 646.67 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	94
2	Суфле из печени	80	189
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	54	132
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 314.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	199	105

Ужин 513.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые со сметаной	120	278
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1849.36