

Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В. Морозова

«28» февраля 2024г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 357.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	29	72
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	11	40
5	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 76.85 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	160	76

Обед 626.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	107
2	Кнели говяжьи с рисом	84	242
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	50	121
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 218.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Хлеб пшеничный	29	72
3	Кисломолочный напиток (кефир)	177	94

Ужин 364.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	80	75
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	162
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	20	48
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1643.64