Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«29» февраля 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 412.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	72	92
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Овощи отварные (морковь)	60	40
4	Хлеб пшеничный формовой	33	81
5	Масло сливочное (порциями)	5	37
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 687.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп из овощей	200	90
2	Котлеты из говядины	72	230
3	Картофель отварной с маслом	125	135
4	Икра свекольная	60	53
5	Хлеб ржаной	49	120
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 282.96 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	192	101

Ужин 354.55 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой рисовой	200	121
2	Хлеб пшеничный формовой	28	69
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1789.53