



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В. Морозова

«05» марта 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 433.11 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 78.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	163	78

Обед 761.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	185
2	Печень говяжья по-строгановски	68	202
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	47	115
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 311.87 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	194	103

Ужин 461.13 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	121	280
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2045.61