Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«11» марта 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 438.67 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	198
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	46	45
3	Хлеб пшеничный формовой	36	89
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	11	40
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 75.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	157	75

Обед 816.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	129
2	Птица в соусе с томатом	80	278
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	48	116
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 337.84 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	244
2	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 448.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	36	89
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Молоко кипяченое	183	95

Итого ккал за день: 2117.17