Заведующий «МБДОУ 225»
_____ Т.В.Морозова

«20» марта 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 426.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша "Дружба"	180	162
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	11	40
5	Кофейный напиток с молоком	200	85

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 838.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	101
2	Бифштекс рубленый паровой	79	264
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Икра свекольная	60	53
5	Хлеб ржаной	48	118
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 373.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка дорожная	70	276
2	Кисломолочный напиток (кефир)	184	97

Ужин 403.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	123
2	Картофель отварной с маслом	128	136
3	Овощи отварные (морковь)	60	40
4	Хлеб пшеничный формовой	31	75
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2094.83