



Заведующий «МБДОУ 225»

Т.В.Морозова

«25» марта 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**САД**

**Завтрак 463.86 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	120	198
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	54	53
3	Хлеб пшеничный формовой	41	99
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 73.12 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	152	73

**Обед 811.87 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми	200	130
2	Птица в соусе с томатом	80	278
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Овощи отварные (морковь)	60	40
5	Хлеб ржаной	45	109
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 337.82 ккал**

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

**Ужин 458.20 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	99
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Молоко кипяченое	182	94

Итого ккал за день: 2144.87