



МБДОУ 225»  
Г.В. Морозова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

Завтрак 296.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 70.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	154	70

Обед 644.42 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	90
2	Суфле из печени	80	209
3	Пюре картофельное	128	127
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	46	113
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 310.84 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	192	102

Ужин 502.26 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые со сметаной	120	271
2	Хлеб пшеничный формовой	37	91
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1825.04