

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«15» апреля 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
СЯД,

Завтрак 449.19 ккал

| Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|--|-------------------|----------------------------|
| Макаронные изделия отварные | 120 | 184 |
| Икра кабачковая (промышленного производства) | 52 | 51 |
| Хлеб пшеничный формовой | 41 | 101 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37 |
| Сыр полутвердый (порциями) | 13 | 47 |
| Чай с сахаром | 200 | 28 |

Завтрак 2 52.00 ккал

| Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|------------------------|-------------------|----------------------------|
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52 |

Обед 700.49 ккал

| Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-----------------------------|-------------------|----------------------------|
| Суп крестьянский с крупой | 200 | 110 |
| Птица отварная | 80 | 228 |
| Пюре картофельное | 129 | 128 |
| Овощи отварные (свекла) | 60 | 45 |
| Хлеб ржаной | 53 | 130 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 57 |

Полдник 400.08 ккал

| Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------------------------------|-------------------|----------------------------|
| Ватрушка с творожным фаршем | 80 | 305 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 177 | 94 |

Ужин 403.38 ккал

| Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---------------------------------|-------------------|----------------------------|
| Суп молочный с крупой пшеничной | 200 | 138 |
| Хлеб пшеничный формовой | 41 | 101 |
| Яйцо вареное | 49 | 76 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 86 |

Итого ккал за день: 2005.14