



Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД  
Завтрак 431.88 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	153	274
2	Хлеб пшеничный формовой	38	92
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 52.00 ккал**

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

**Обед 817.00 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	124
2	Жаркое по-домашнему	205	452
3	Овощи отварные (свекла)	60	45
4	Хлеб ржаной	56	136
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 364.60 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	174	92

**Ужин 395.56 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой гречневой	200	142
2	Хлеб пшеничный формовой	38	92
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 2061.04