

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«06» августа 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 534.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	135	298
2	Соус молочный сладкий	50	65
3	Хлеб пшеничный формовой	43	105
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	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 645.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	92
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	225
3	Картофель отварной с маслом	130	137
4	Овощи свежие (порциями) огурец	48	7
5	Хлеб ржаной	52	128
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 367.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	178	94

Ужин 484.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	212
2	Хлеб пшеничный формовой	44	106
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 2084.62