

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«21» августа 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 391.74 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	170
2	Хлеб пшеничный формовой	41	99
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	85

Завтрак 2 83.25 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	173	83

Обед 615.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	109
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	335
3	Овощи свежие (порциями) помидор	44	8
4	Хлеб ржаной	45	109
5	Компот из смеси сухофруктов	180	55

Полдник 249.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 467.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	183
2	Пюре картофельное	130	129
3	Икра свекольная	60	54
4	Хлеб пшеничный формовой	31	74
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1807.07