

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«22» августа 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 364.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	76	96
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	133
3	Хлеб пшеничный формовой	29	70
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 692.68 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	111
2	Плов из говядины	189	377
3	Икра кабачковая	50	37
4	Хлеб ржаной	47	113
5	Компот из смеси сухофруктов	180	55

Полдник 321.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	224
2	Кисломолочный напиток (кефир)	183	97

Ужин 332.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	127
2	Хлеб пшеничный формовой	48	117
3	Кофейный напиток с молоком	200	89

Итого ккал за день: 1763.35