

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«04» сентября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 393.85 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	168
2	Хлеб пшеничный формовой	43	104
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 86.69 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	180	86

Обед 665.67 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	373
3	Овощи свежие (порциями) помидор	49	8
4	Хлеб ржаной	49	119
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 250.25 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)	177	94

Ужин 484.52 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	195
2	Пюре картофельное	130	128
3	Икра свекольная	60	53
4	Хлеб пшеничный формовой	32	78
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1880.98