

Заведующий «МБДОУ 225»
Т.В.Морозова

«03» октября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 371.19 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	84	105
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	132
3	Хлеб пшеничный формовой	28	67
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 740.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ летний	200	111
2	Плов из говядины	206	416
3	Икра кабачковая	50	39
4	Хлеб ржаной	49	118
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 319.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пирожок печеный с яблоками	70	223
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 319.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	121
2	Хлеб пшеничный формовой	46	113
3	Кофейный напиток с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1802.49