



Заведующий «МБДОУ 225»  
Т.В.Морозова

«15» октября 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**САД**

**Завтрак 503.80 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	124	276
2	Соус молочный сладкий	50	64
3	Хлеб пшеничный формовой	41	98
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 618.25 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	203
3	Картофель отварной с маслом	130	138
4	Овощи свежие (порциями) огурец	53	8
5	Хлеб ржаной	51	123
6	Компот из смеси сухофруктов	180	55

**Полдник 364.30 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка домашняя	70	272
2	Кисломолочный напиток (кефир)	174	92

**Ужин 469.70 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	209
2	Хлеб пшеничный формовой	41	98
3	Яйцо вареное	49	77
4	Кофейный напиток с молоком	200	85

Итого ккал за день: 2008.05