

Заведующий «МБДОУ 34
Радость»
Шаршапина В.В
«04» марта 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 446.50 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша жидкая пшеничная	180	182
2	Какао с молоком	180	88
3	Бутерброд с маслом	48	175

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яблоки порционные	100	52

Обед 578.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	180	74
2	Шницель рубленый	67	185
3	Капуста тушеная	130	98
4	Компот из сушеных фруктов	180	95
5	Хлеб ржаной	47	123

Полдник 360.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	79	83
2	Пюре картофельное	150	147
3	Чай с молоком	200	85
4	Хлеб пшеничный	18	44

Ужин 165.71 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Кисель из повидла	180	82
2	Печенье	20	83

Итого ккал за день: 1603.79

Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____