

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ сад

Завтрак 467.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша жидкая геркулесовая	180	200
2	Какао с молоком	180	88
3	Бутерброд с маслом	49	178

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 679.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	180	111
2	Бефстроганов	70	208
3	Макаронные изд. отварные с маслом	130	187
4	Напиток из шиповника	180	46
5	Хлеб ржаной	48	124

Полдник 644.06 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с морковью	127	240
2	Соус сметанный	29	21
3	Сдоба обыкновенная	70	236
4	Кефир	192	102
5	Хлеб пшеничный	17	43

Ужин 180.29 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Компот из сухофруктов	180	96
2	Печенье	20	83

Итого ккал за день: 2022.73

Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____