

Заведующий «МБДОУ 34
Радость»
Шаршапина В.В
«02» июля
2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 415.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный №1	100	159
2	Кабачковая икра	68	67
3	Кофейный напиток с молоком	190	87
4	Батон йодированный	39	101

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 605.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	180	103
2	Тефтели мясные	69	153
3	Соус сметанный с томатом	20	15
4	Пюре картофельное	130	125
5	Напиток апельсиновый	180	82
6	Хлеб ржаной	48	125

Полдник 555.54 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша жидкая рисовая	180	200
2	Сдоба обыкновенная (плюшка)	75	253
3	Молоко кипяченое	195	101

Ужин 141.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Компот из сухофруктов	180	96
2	Хлеб пшеничный	18	44

Итого ккал за день: 1769.94

Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____