

Заведующий «МБДОУ 34  
Радость»  
Шаршапина В.В  
«16» июня 2025г.

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

#### Завтрак 402.81 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша молочная манная со сгущенным молоком	180	196
2	Чай с сахаром	180	35
3	Бутерброд с маслом	46	171

#### Завтрак 2 52.00 ккал

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

#### Обед 579.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	180	102
2	Запеканка картофельная с печенью	159	231
3	Соус сметанный с томатом	30	17
4	Компот из сушеных фруктов	180	98
5	Хлеб ржаной	50	129

#### Полдник 450.50 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пудинг из творога (запеченный)	120	204
2	Соус молочный (сладкий)	30	28
3	Кефир	192	102
4	Хлеб пшеничный	47	114

#### Ужин 165.68 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: 1650.97

Калькулятор \_\_\_\_\_

Начальник отдела организации питания \_\_\_\_\_