

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 353.61 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с кукурузной крупой	150	105
2	Кисель молочный	165	132
3	Бутерброд с маслом	35	116

Завтрак 2 46.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	100	46

Обед 472.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	150	93
2	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	55	143
3	Свекла тушеная в сметанном соусе	110	77
4	Соус сметанный	20	12
5	Напиток из плодов шиповника	150	40
6	Хлеб ржаной	40	103

Полдник 526.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	95	154
2	Кабачковая икра	60	58
3	Пирожок с капустой	75	186
4	Молоко кипяченое	150	78
5	Хлеб пшеничный	20	48

Ужин 83.33 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Чай с сахаром	180	34
2	Хлеб пшеничный	20	48

Итого ккал за день: 1481.39

Калькулятор

Начальник отдела организации питания