

Заведующий «МБДОУ 70»

«04» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 408.35 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшеничная жидкая	180	176
2	Кофейный напиток с молоком	200	100
3	Хлеб пшеничный (Батон)	30	78
4	Масло сливочное "Крестьянское" 72%	7	52

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 698.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с вермишелью	180	88
2	Плов из курицы	210	345
3	Компот из свежих плодов	200	75
4	Хлеб ржаной	50	129
5	Хлеб пшеничный	25	60

Полдник 433.17 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Шницель рыбный натуральный	80	145
2	Картофельное пюре	150	147
3	Чай с молоком	200	91
4	Хлеб пшеничный	20	48

Ужин 88.68 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Чай с сахаром	200	28
2	Хлеб пшеничный	25	60

Итого ккал за день: 1680.66

Калькулятор

Начальник отдела организации питания