

Заведующий «МБДОУ 70»

«04» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 329.27 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшеничная жидкая	150	143
2	Кофейный напиток с молоком	150	69
3	Хлеб пшеничный (Батон)	30	78
4	Масло сливочное "Крестьянское" 72%	5	37

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 547.22 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с вермишелью	150	73
2	Плов из курицы	160	258
3	Компот из свежих плодов	150	63
4	Хлеб ржаной	40	103
5	Хлеб пшеничный	20	48

Полдник 342.91 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Шницель рыбный натуральный	60	106
2	Картофельное пюре	120	116
3	Чай с молоком	150	71
4	Хлеб пшеничный	20	48

Ужин 78.21 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Чай с сахаром	150	17
2	Хлеб пшеничный	25	60

Итого ккал за день: 1349.61

Калькулятор

Начальник отдела организации питания