

Заведующий «МБДОУ 70»

«08» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 436.43 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша геркулесовая жидкая	180	201
2	Какао с молоком	200	104
3	Хлеб пшеничный (Батон)	30	78
4	Масло сливочное "Крестьянское" 72%	7	52

Завтрак 2 96.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Банан свежий порционный	100	96

Обед 667.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	215	120
2	Запеканка из печени с рисом	180	282
3	Компот из свежих плодов	200	75
4	Хлеб ржаной	50	129
5	Хлеб пшеничный	25	60

Полдник 410.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные	75	80
2	Картофель и овощи тушеные	150	166
3	Хлеб пшеничный	30	72
4	Чай с молоком	200	91

Ужин 76.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Чай с сахаром	200	28
2	Хлеб пшеничный	20	48

Итого ккал за день: 1687.34

Калькулятор

Начальник отдела организации питания