

Заведующий «МБДОУ 70»

«11» июля 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Завтрак 405.48 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшеничная жидкая	150	182
2	Какао с молоком	150	78
3	Хлеб пшеничный (Батон)	30	78
4	Масло сливочное "Крестьянское" 72%	5	37
5	Сыр " Российский"	8	29

**Завтрак 2 52.00 ккал**

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

**Обед 575.80 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с вермишелью	150	73
2	Плов из мяса птицы	160	258
3	Кисель из сока	150	91
4	Хлеб ржаной	40	103
5	Хлеб пшеничный	20	48

**Полдник 493.92 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	110	171
2	Пюре из свеклы	110	92
3	Крендель с сахаром	70	204
4	Чай с сахаром	150	25

**Ужин 73.27 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Чай с сахаром	150	24
2	Хлеб пшеничный	20	48

Итого ккал за день: 1600.47

Калькулятор \_\_\_\_\_

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