

Заведующий «МБДОУ 70»

«24» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 393.13 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша молочная гречневая	180	161
2	Кофейный напиток	200	100
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 784.28 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	180	86
2	Фрикадельки мясные	76	177
3	Макароны отварные с маслом	150	219
4	Компот из смеси сухофруктов	200	111
5	Хлеб ржаной	50	129
6	Хлеб пшеничный	25	60

Полдник 457.16 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	30	72

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: 1819.25

Калькулятор

Начальник отдела организации питания