

Заведующий «МБДОУ 70»

«15» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 436.84 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша молочная рисовая	180	196
2	Какао с молоком	200	105
3	Хлеб пшеничный (Батон)	32	83
4	Масло сливочное " Крестьянское" 72%	7	52
5	Сыр " Российский" 50%	13	0

Завтрак 2 0.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яблоки свежие	100	0

Обед 697.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с вермишелью	180	92
2	Биточки рубленые из мяса птицы	80	136
3	Рагу из овощей	150	120
4	Соус томатный	70	43
5	Компот из смеси сухофруктов	200	111
6	Хлеб ржаной	51	132
7	Хлеб пшеничный	25	60

Полдник 424.96 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Омлет натуральный	110	171
2	Кабачковая икра	81	80
3	Кофейный напиток с молоком	200	100
4	Хлеб пшеничный	30	72

Ужин 77.23 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: 1636.79

Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____