

Заведующий «МБДОУ
Коктебельский»
Антифеева М.М.
«01» апреля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 260.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яйцо отварное	49	76
2	Каша гречневая рассыпчатая	70	128
3	Кабачковая икра	30	29
4	Чай с сахаром и лимоном	150	26

Завтрак 2 29.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Апельсин	68	29

Обед 480.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	130
2	Котлета рыбная любительская	60	87
3	Каша рисовая рассыпчатая	100	87
4	Компот из сухофруктов	150	75
5	Хлеб пшеничный	20	48
6	Хлеб ржаной	20	51

Полдник 300.67 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша молочная пшеничная вязкая	90	139
2	Бутерброд с маслом и сыром	33	99
3	Кофейный напиток с молоком	130	61

Итого ккал за день: 1071.39
Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____