

«17» декабря 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 298.67 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	138
2	Хлеб пшеничный формовой	39	94
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 75.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	163	75

Обед 663.93 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	93
2	Суфле из печени	80	223
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	47	115
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 313.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	197	104

Ужин 506.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые со сметаной	120	274
2	Хлеб пшеничный формовой	39	94
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	86

Итого ккал за день: 1857.89