

«14» января 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 304.19 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	139
2	Хлеб пшеничный формовой	40	99
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 71.88 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	156	71

**Обед 589.86 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	93
2	Биточки из птицы припущенные	70	150
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	47	114
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 312.18 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	195	103

**Ужин 513.87 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	148	312
2	Хлеб пшеничный формовой	25	61
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	87

Итого ккал за день: 1791.98