

«17» января 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 488.10 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	324
2	Хлеб пшеничный формовой	40	98
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 52.00 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

**Обед 624.93 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	101
2	Шницели из птицы припущенные	70	149
3	Пюре картофельное	130	128
4	Икра морковная	60	50
5	Хлеб ржаной	46	113
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	178	82

**Полдник 347.47 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка российская	70	249
2	Кисломолочный напиток (кефир)	184	97

**Ужин 392.95 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	170
2	Хлеб пшеничный формовой	25	61
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	84

Итого ккал за день: 1905.45