

«11» февраля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 310.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	140
2	Хлеб пшеничный формовой	43	104
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 75.23 ккал

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

Обед 628.73 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	92
2	Биточки из птицы припущенные	70	175
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	53	128
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 315.89 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

Ужин 522.62 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	151	317
2	Хлеб пшеничный формовой	26	65
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 1852.87