

«12» февраля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 360.64 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	123
2	Хлеб пшеничный формовой	28	68
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Какао с молоком	200	83

Завтрак 2 72.84 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	152	72

Обед 627.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Кнели говяжьи с рисом	93	230
3	Капуста тушеная	130	97
4	Хлеб ржаной	55	133
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 216.47 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Хлеб пшеничный	28	68
3	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95

Ужин 365.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	87	80
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	159
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	19	46
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1643.37