

«14» февраля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**Завтрак 487.08 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	323
2	Хлеб пшеничный формовой	40	97
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 632.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	99
2	Шницели из птицы припущенные	70	163
3	Пюре картофельное	130	128
4	Икра морковная	60	50
5	Хлеб ржаной	45	109
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	178	81

Полдник 340.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка российская	70	249
2	Кисломолочный напиток (кефир)	171	91

Ужин 387.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	167
2	Хлеб пшеничный формовой	25	61
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	82

Итого ккал за день: 1899.91