

«17» февраля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 466.16 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макаронные изделия отварные	130	194
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	55	54
3	Хлеб пшеничный йодированный	43	103
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
6	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 706.31 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	94
2	Птица в соусе с томатом	80	255
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	51	125
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 390.70 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	292
2	Кисломолочный напиток (кефир)	185	98

**Ужин 403.16 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	136
2	Хлеб пшеничный йодированный	43	103
3	Яйцо вареное	49	76
4	Кофейный напиток с молоком	200	85

Итого ккал за день: 2018.33