

«11» марта 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 304.84 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	141
2	Хлеб пшеничный формовой	40	97
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 76.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	165	76

Обед 600.02 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	163
3	Пюре картофельное	130	129
4	Овощи отварные (свекла)	44	39
5	Хлеб ржаной	48	118
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 315.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	201	106

Ужин 513.49 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	148	311
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	89

Итого ккал за день: 1809.86