

«22» апреля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД

**Завтрак 303.19 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшениной	200	140
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 71.84 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	156	71

**Обед 610.99 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	172
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи отварные (свекла)	57	44
5	Хлеб ржаной	47	114
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 312.15 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	195	103

**Ужин 513.82 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Вареники ленивые с соусом сметанным	149	313
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60
3	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
4	Кофейный напиток с молоком	200	88

Итого ккал за день: 1811.99