

«04» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

САД

Завтрак 385.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	36	89
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Кофейный напиток с молоком	200	87

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 635.80 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	102
2	Котлеты из говядины	69	221
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи свежие (порциями) огурец	54	8
5	Хлеб ржаной	49	119
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 288.65 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	203	107

Ужин 440.76 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	139
2	Каша пшенная рассыпчатая	130	151
3	Овощи отварные (свекла)	60	45
4	Хлеб пшеничный формовой	31	76
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1803.18