

«06» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 510.05 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	120	253
2	Соус молочный сладкий	50	64
3	Хлеб пшеничный формовой	28	68
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Кофейный напиток с молоком	200	86

Завтрак 2 85.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	178	85

Обед 578.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	135
2	Рагу из птицы	200	257
3	Овощи свежие (порциями) помидор	60	10
4	Хлеб ржаной	49	119
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 249.36 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	175	93

Ужин 312.22 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	170
2	Хлеб пшеничный	47	113
3	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1735.67