

«17» июня 2025г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**

Завтрак 324.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	137
2	Хлеб пшеничный формовой	34	83
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	25	38
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 81.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	177	81

Обед 702.65 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	90
2	Биточки из птицы припущенные	70	155
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	46	113
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 316.02 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	202	107

Ужин 538.19 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	118	284
2	Соус сметанный	30	39
3	Хлеб пшеничный формовой	29	71
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	175	91

Итого ккал за день: 1962.82