«18» июня 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 377.57 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	123
2	Хлеб пшеничный формовой	35	86
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	12	42
5	Кофейный напиток с молоком	200	86

Завтрак 2 52.00 ккал

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

Обед 622.29 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	101
2	Котлеты из говядины	67	216
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи свежие (порциями) огурец	58	8
5	Хлеб ржаной	46	112
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 287.05 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	200	106

Ужин 433.31 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	136
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	151
3	Кабачки припущенные	72	43
4	Хлеб пшеничный формовой	30	74
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1772.22