

«02» июля 2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД**Завтрак 378.71 ккал**

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Суп молочный с крупой манной | 200 | 123 |
| 2 | Хлеб пшеничный формовой | 34 | 83 |
| 3 | Масло сливочное (порциями) | 5 | 37 |
| 4 | Сыр полутвердый (порциями) | 13 | 47 |
| 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 673.19 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|--------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 101 |
| 2 | Котлеты из говядины | 84 | 251 |
| 3 | Пюре картофельное | 130 | 128 |
| 4 | Овощи свежие (порциями) огурец | 66 | 9 |
| 5 | Хлеб ржаной | 52 | 126 |
| 6 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 54 |

Полдник 283.27 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|-------|-------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 1 | Пряник | 50 | 181 |
| 2 | Кисломолочный напиток (кефир) | 192 | 102 |

Ужин 428.50 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 | 60 | 40 |
| 4 | Хлеб пшеничный формовой | 29 | 71 |
| 5 | Чай с сахаром | 200 | 28 |

Итого ккал за день: 1815.67