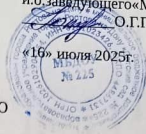


«16» июля 2025г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ САД

Завтрак 377.82 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	33	81
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 705.44 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	103
2	Котлеты из говядины	98	277
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи свежие (порциями) огурец	74	11
5	Хлеб ржаной	53	129
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 284.78 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181
2	Кисломолочный напиток (кефир)	195	103

Ужин 427.48 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	139
2	Каша пшениная рассыпчатая	130	151
3	Кабачки припущенные	52	38
4	Хлеб пшеничный формовой	28	69
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1847.52