



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 304.46 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность порции, ккал
1	Суп молочный с крупой пшенной	200	139.21
2	Хлеб пшеничный формовой	39	95.78
3	Масло сливочное (порциями)	6	41.44
4	Чай с сахаром	200	28.03

Завтрак 2 74.98 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность порции, ккал
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	163	74.98

Обед 592.26 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность порции, ккал
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	87.14
2	Биточки из птицы припущенные	70	154.66
3	Пюре картофельное	123	127.90
4	Овощи отварные (свекла)	64	44.09
5	Хлеб ржаной	49	120.66
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 309.92 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность порции, ккал
1	Печенье	50	208.50
2	Кисломолочный напиток (кефир)	191	101.42

Ужин 456.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность порции, ккал
1	Вареники лепные с соусом сметанным	145	310.59
2	Хлеб пшеничный формовой	24	59.85
3	Кофейный напиток с молоком	200	85.70

Итого ккал за день: 1737.76