

8» апреля 2023 г.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 433.39 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	83

**Завтрак 2 71.04 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	154	71

**Обед 810.91 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	202
2	Печень говяжья по-строгановски	96	235
3	Каша пшеничная рассыпчатая	130	149
4	Капуста тушеная	60	50
5	Хлеб ржаной	47	113
6	Компот из смеси сухофруктов	180	57

**Полдник 311.61 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	209
2	Кисломолочный напиток (кефир)	193	102

**Ужин 451.22 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога	116	270
2	Хлеб пшеничный формовой	41	100
3	Фрукты свежие (яблоки)	98	51
4	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 2078.17