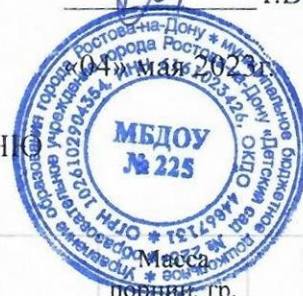


ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД  
Завтрак 458.96 ккал



№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная с соусом польским	80	110
2	Пюре картофельное	130	128
3	Капуста тушеная	60	50
4	Хлеб пшеничный формовой	42	103
5	Масло сливочное (порциями)	5	37
6	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 76.63 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сок яблочный	160	76

Обед 716.15 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	140
2	Плов из говядины	172	347
3	Икра морковная	60	50
4	Хлеб ржаной	49	120
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57

Полдник 282.95 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	49	180
2	Кисломолочный напиток (кефир)	193	102

Ужин 374.26 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	125
2	Хлеб пшеничный формовой	42	103
3	Фрукты свежие (яблоки)	98	51
4	Молоко кипяченое	182	94

Итого ккал за день: 1908.95