



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 414.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Биточки рыбные	80	131
2	Картофель отварной с маслом	130	137
3	Хлеб пшеничный формовой	32	79
4	Масло сливочное (порциями)	5	37
5	Чай с сахаром	200	28

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52

Обед 730.32 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный вегетарианский	200	98
2	Гуляш из отварной говядины	79	229
3	Макаронные изделия отварные	130	194
4	Икра кабачковая	50	38
5	Хлеб ржаной	46	113
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 318.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Крендель сахарный	70	224
2	Кисломолочный напиток (кефир)	176	93

Ужин 443.41 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	204
2	Хлеб пшеничный формовой	32	79
3	Яйцо вареное	49	76
4	Какао с молоком	200	82

Итого ккал за день: 1958.31