

«27» августа 2024г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**

**Завтрак 377.06 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	137
2	Хлеб пшеничный формовой	40	97
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Яйцо вареное	49	76
5	Чай с сахаром	200	28

**Завтрак 2 85.66 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	186	85

**Обед 914.01 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	233
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	105	206
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	243
4	Овощи отварные (свекла)	60	45
5	Хлеб ржаной	54	131
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

**Полдник 315.07 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Печенье	50	208
2	Кисломолочный напиток (кефир)	201	106

**Ужин 562.49 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Сырники из творога запеченные	115	284
2	Соус сметанный	30	37
3	Хлеб пшеничный формовой	40	97
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
5	Молоко кипяченое	176	91

Итого ккал за день: 2254.29