

«11» сентября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
САД**Завтрак 383.07 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124
2	Хлеб пшеничный формовой	35	85
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47
5	Кофейный напиток с молоком	200	87

**Завтрак 2 52.00 ккал**

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

**Обед 695.93 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	102
2	Котлеты из говядины	82	270
3	Пюре картофельное	130	128
4	Овощи свежие (порциями) огурец	50	7
5	Хлеб ржаной	54	131
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54

**Полдник 254.12 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	41	149
2	Кисломолочный напиток (кефир)	197	104

**Ужин 414.58 ккал**

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	131
2	Каша пшеничная рассыпчатая	130	151
3	Кабачки припущенные	47	29
4	Хлеб пшеничный формовой	30	73
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1799.70