

«02» октября 2024г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
САД

Завтрак 387.99 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	169
2	Хлеб пшеничный формовой	39	96
3	Масло сливочное (порциями)	5	37
4	Какао с молоком	200	84

Завтрак 2 84.83 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	184	84

Обед 659.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	366
3	Овощи свежие (порциями) помидор	52	9
4	Хлеб ржаной	49	119
5	Компот из смеси сухофруктов	180	54

Полдник 252.72 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52
2	Печенье	25	104
3	Кисломолочный напиток (кефир)	182	96

Ужин 465.40 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	182
2	Пюре картофельное	130	128
3	Икра свекольная	60	53
4	Хлеб пшеничный формовой	29	72
5	Чай с сахаром	200	28

Итого ккал за день: 1849.94