Заведующий МБ
Т.В.Морозова

18 августа 2023 г.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## САД

Завтрак 527.15 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Запеканка из творога | 134 | 301.05 |
| 2 | Соус молочный сладкий | 50 | 66.17 |
| 3 | Хлеб пшеничный формовой | 39 | 94.50 |
| 4 | Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| 5 | Чай с сахаром | 200 | 28.03 |

Завтрак 2 52.00 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52.00 |

Обед 690.94 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Суп картофельный с фрикадельками | 200 | 169.09 |
| 2 | Суфле из печени | 80 | 174.81 |
| 3 | Картофель отварной с маслом | 150 | 152.90 |
| 4 | Овощи свежие (порциями) огурец | 67 | 10.11 |
| 5 | Хлеб ржаной | 53 | 129.06 |
| 6 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 54.97 |

Полдник 369.69 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Булочка домашняя | 70 | 273.15 |
| 2 | Кисломолочный напиток (кефир) | 182 | 96.54 |

Ужин 478.69 ккал

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 200 | 214.80 |
| 2 | Хлеб пшеничный формовой | 39 | 94.50 |
| 3 | Яйцо вареное | 49 | 76.93 |
| 4 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 90.37 |

Итого ккал за день: 2116.38

Заведующий
Т.В.Морозова

«18» АВГУСТА 2026

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## ЯСЛИ

Завтрак 379.17 ккал

| № п.п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Запеканка из творога | 100 | 199.74 |
| 2 | Сгущенное молоко сладкий | 40 | 45.16 |
| 3 | Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.00 |
| 4 | Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| 5 | Чай с сахаром | 180 | 24.87 |

Завтрак 2 52.00 ккал

| № п.п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 57.00 |

Обед 618.5х ккал

| № п.п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Суп картофельный с фрикадельками | 150 | 132.84 |
| 2 | Рагу из печени | 60 | [illegible] |
| 3 | Картофель отварной с маслом | 120 | 122.52 |
| 4 | Овощи свежие (порциями) огурец | 40 | 6.00 |
| 5 | Хлеб ржаной | 40 | 56.00 |
| 6 | Сок фруктовый из смеси сухофруктов | 180 | 97.40 |

Полдник 310.44 ккал

| № п.п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Булочка домашняя | 60 | 230.94 |
| 2 | Кисломолочный напиток (кефир) | 150 | 79.50 |

Ужин 2 0.0[illegible] ккал

| № п.п | Наименование блюда | Масса порции, гр. | Калорийность порции, ккал. |
|---|---|---|---|
| 1 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 150 | 249.04 |
| 2 | Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.00 |
| 3 | Масло сливочное | 45 | 70.65 |
| 4 | Напиток с молоком | 180 | 37.2[illegible] |

Итого ккал за день: 1657.74