

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 364.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124.10
2	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
5	Какао с молоком	200	83.68

Завтрак 2 73.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	73.60

Обед 580.88 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с крупой	200	108.72
2	Кнели говяжьи с рисом	80	196.08
3	Капуста тушеная	130	97.27
4	Хлеб ржаной	50	121.00
5	Компот из смеси сухофруктов	180	57.81

Полдник 220.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
2	Хлеб пшеничный	30	72.60
3	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 369.20 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба отварная	80	74.36
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	167.93
3	Икра морковная	60	50.48
4	Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
5	Чай с сахаром	200	28.03