

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 493.04 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	330.81
2	Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	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 647.97 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	102.08
2	Шницели из птицы припущенные	70	162.96
3	Пюре картофельное	130	128.65
4	Икра морковная	60	50.48
5	Хлеб ржаной	50	121.00
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80

Полдник 345.12 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Булочка российская	70	249.72
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40

Ужин 390.12 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	169.10
2	Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
3	Яйцо вареное	49	76.84
4	Какао с молоком	200	83.68