



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 449.16 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с гречневой крупой	200	159
2	Печенье сахарное "Топленое молоко"	40	187
3	Какао с молоком	180	101

Завтрак 2 71.58 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Груша порционная	128	71

Обед 761.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	250	125
2	Бефстроганов из говядины в томатно-смет соусе	120	220
3	Картофельное пюре с молоком	170	168
4	Кисель из сока	180	65
5	Хлеб пшеничный	31	75
6	Хлеб ржаной	41	106

Полдник 341.79 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Салат из моркови с яблоком и курагой	62	47
2	Булочка домашняя с повидлом	80	269
3	Чай с сахаром	180	24

Итого ккал за день: 1624.23

Калькулятор

Начальник отдела организации питания