



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 389.10 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Макароны отварные с маслом и сыром	100	206
2	Печенье сахарное "Топленое молоко"	30	125
3	Сок фруктовый	124	57

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Яблоки порционные	100	52

Обед 753.24 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп картофельный с клецками	200	143
2	Котлета мясная	79	211
3	Рагу овощное	186	179
4	Хлеб пшеничный	23	57
5	Хлеб ржаной	34	88
6	Кисель из сока	180	72

Полдник 429.14 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пудинг творожный с рисом	120	274
2	Молоко сгущенное порционное	21	67
3	Молоко кипяченое	150	87

Итого ккал за день: 1623.48

Калькулятор

Начальник отдела организации питания