



Меню на 29 Апреля 2021

Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества * (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша рисовая на молоке	200	6,21	5,28	27,90	184,0
	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,19
	Масло (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
Итого:		425				313,29
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	150	4,35	4,8	33,52	88,5
3	Обед:					
	I блюдо: Суп картофельный с макаронными изделиями и яйцом «Кудрявый»	230	4,9	3,8	20	121
	II блюдо Картофель отварной	120	2,19	2,97	14,7	94,64
	Запеченная рыба	75	09,05	7,95	11,29	152,4
	Сметанный соус	20	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Компот	180	0,08	0,08	13,94	54,88
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
Итого:		665				
4	Уплотненный полдник:					
	Чай	180	0,02	-	-	0,19
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,869	5,486	-	19,87
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Сочень с творогом	60	6,5	15,0	58,0	320
	Груши	100	1,5	0,5	21	96
Итого:		560				532,06
	Всего за день	1800				1452,77

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар Хол

Кладовщик Кост