



Меню на 27 Мая 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 манная | 200 | 8,96 | 8,12 | 0,49 | 110,83 |
| | чай | 180 | 0,02 | - | - | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,1 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| | Вафли | 20 | | | | |
| | Итого: | 445 | | | | |
| 2 | 2 Завтрак | | | | | |
| | Сок фруктовый | 150 | 4,35 | 4,8 | 33,52 | 88,5 |
| 3 | Обед: | | | | | |
| | I блюдо: Суп картофельный с крупой | 230 | 0,79 | 1,08 | 4,84 | 134,3 |
| | II блюдо Макарон отварные | 130 | 2,19 | 2,97 | 14,7 | 94,64 |
| | Гуляш | 80 | 11,63 | 5,72 | 4,27 | 115,28 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| | III блюдо: Кисель | 180 | 1 | 0,2 | 20 | 92 |
| | Итого: | 660 | | | | |
| 4 | Уплотненный полдник: | | | | | |
| | Коржик молочный | 70 | 2,3 | 0,7 | 13,2 | 80 |
| | Чай | 180 | 0,02 | - | - | 0,019 |
| | Каша гречневая на молоке | 150 | 2,16 | 0,64 | 11,2 | 59,2 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,4 | 0,3 | 15 | 72 |
| | Банан | 150 | 4,58 | 0,95 | 26, | |
| | Итого: | 590 | | | 2 | 131,219 |
| | | | | | | 342,438 |
| | Всего за день | 1800 | | | | |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар Сад

Кладовщик Мед