



Меню на 1 Июля 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	200	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:		445				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»	250	4,9	3,8	20	121
	II блюдо Картофель отварной	150	2,19	2,97	14,7	94,64
	Котлета рыбная	75	09,05	7,95	11,29	152,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Компот	200	0,08	0,08	13,94	54,88
	Икра кабачковая	50	3,2	4,8	45	105
Итого:		765				
4	Уплотненный полдник:					
	Чай	200	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
	Печенье сахарное	20	6,5	15,0	58,0	320
Итого:		440				532,06
	Всего за день	1800				1452,77

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар Сад

Кладовщик Сад