



Меню на 29 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 Борщ с капустой картофелем мясом	200	4,9	3,8	20	121
	II блюдо Картофельное пюре	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	150	0,08	0,08	13,94	54,88
Итого:		615				
4	Уплотненный полдник:					
	Чай	200	0,02	-	-	0,19
	Суп молочный с макаронными изделиями	230	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
	Яблоко	100				
Итого:		590				532,06
	Всего за день	1800				1452,77

Не содержит ГМО и пищевых добавок
 Повар _____

Кладовщик