



Меню на 2 Августа 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	175	1,65	0,16	11,3	53,28
	Масло порциями	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	180	0,02	4,19	31,37	182,399
	Итого:	400				364,779
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	100	1	0,2	20	92
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Свекольник	250	25,71	7,11	13,43	236,97
	II блюдо: Гречка отварная	130	5,73	04,06	25,76	162,5
	Тефтели из говядины	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Компот из сухофруктов	180	0,7	0,09	21,26	145
	Итого:	670				797,49
4	Уплотненный полдник:					
	Булочка домашняя	50	2,3	0,7	13,2	80
	Молоко кипяченое	150	3	3,2	4,7	60
	Макароны отварные	175	0,67	0,13	5,43	25,66
	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Бананы	120	0,4	0,3	10,3	10,3
	Итого:	605				367,1
	Всего за день	1800				1,621,979

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: _____
Кладовщик: Steel