

Меню на 16 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 Борщ	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:					
	Печенье сахарное	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				367,71
	Всего за день	1800				1,621,979

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: *Сад*

Кладовщик: *Мерц*