

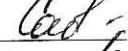
Меню на 23 Августа 2021

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 пшеничная	200	4,39	4,20	28,30	169,0
	Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,0
	Хлеб пшеничный	50	4,5	1,7	30,8	157,2
	Масло (порциями)	10	0,04	3,62	0,065	43,0
	Вафли	20	2,3	6,32	12,2	102
Итого:		460				512,2
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	150	0,90	0,18	17,71	76,9
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Свекольник	250	1,92	6,33	10,05	104,12
	II блюдо Гречка отварная	100	8,59	6,09	38,64	243,0
	Шницель из говядины	70	11,92	8,80	11,64	173,0
	Хлеб пшеничный	40	2,34	0,54	19,93	96
	III блюдо: Кисель	180	0,08	-	22,26	89,4
Итого:		610				
4	Уплотненный полдник:					
	Какао с молоком	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Яблоко свежее	160	8,96	8,12	0,49	110,83
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Картофель запеченный с сыром	200	1,28	0,26	10,4	49,13
Итого:		580				335,62
	Всего за день	1800				1686,24

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: 
Кладовщик: 