

Меню на 24 Августа 2021 года

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 вязкая с маслом	175	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб пшеничный	40	3	1,1	28,7	150
	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай с сахаром	180	3,94	3,26	16,458	112,1
Итого:		400				505,1
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	100	2,8	3,4	4	86,0
3	Обед:					
	I блюдо: Суп манный с гренками	250	1,74	4,88	9,21	85,0
	II блюдо Макароны отварные	120	3,64	5,37	36,67	210,0
	Тефтели из сердца	70	12,6	9,49	6	168,7
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,9	0,9	78,48
	III блюдо: Компот	180	0,44	0,02	27,76	113
	Икра кабачковая	50	3,24	2,56	6,23	78
Итого:		700				733,18
4	Уплотненный полдник:					
	Булочка домашняя	70	7,8	4,35	28,3	114
	Чай	170	3,64	5,37	36,37	210
	Гуляш	70	2,3	0,7	13,2	80
	Рис отварной	150	0,06	0,05	0,012	0,42
	Груши	140	1,5	0,5	21	96
Итого:		600				500,42
	Всего за день	1800				1824,7

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Сад.
Кладовщик: Авд.