

Меню на 30 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	200	1,65	0,16	11,3	53,28
	Масло порциями	10	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
	Конфета шоколадная	20				
Итого:		450				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
	Икра кабачковая	50				
Итого:		720				797,49
4	Уплотненный полдник:					
	Булочка домашняя	50	2,3	0,7	13,2	80
	Чай с молоком	180	3	3,2	4,7	60
	Макароны отварные	185	0,67	0,13	5,43	25,66
	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
Итого:		525				
	Всего за день	1800				1,621,979

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: *Сад*

Кладовщик: *Мороз*