



## Меню на 11 Октября 2021

### Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>						
	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	
	Печенье	20					
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>				<b>364,779</b>	
<b>2</b>	<b>2 Завтрак</b>						
	Сок фруктовый	120		1	0,2	20	92
<b>3</b>	<b>Обед:</b>						
	<b>I блюдо:</b> Суп Борщ	250	25,71	7,11	13,43	236,97	
	<b>II блюдо</b> 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	50	3,2	0,4	20	96	
	<b>III блюдо:</b> Компот из сухофруктов	180	0,7	0,09	21,26	145	
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>				<b>797,49</b>	
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>						
	Булочка домашняя	50	2,3	0,7	13,2	80	
	Чай с молоком	180	3	3,2	4,7	60	
	Макароны отварные	150	0,67	0,13	5,43	25,66	
	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75	
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96	
	Яблоко свежее	100	0,4	0,3	10,3	10,3	
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>				<b>367,71</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1800</b>				<b>1.621,97</b>	

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Савельева

Кладовщик: Климова