



Меню на 16 Ноября 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	200	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	180	3,94	3,26	16,458	112,1
Итого:		425				505,1
2	2 Завтрак					
	Снежок	150	2,8	3,4	4	86,0
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Борщ со сметаной	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
Итого:		650				733,18
4	Уплотненный полдник:					
	Шарлотка	85	7,8	4,35	28,3	114
	Чай	180	3,64	5,37	36,37	210
	Гуляш	70	2,3	0,7	13,2	80
	Рис отварной	120	0,06	0,05	0,012	0,42
	Яблоко	120	1,5	0,5	21	96
Итого:		575				500,42
	Всего за день	1800				1824,7

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: _____

Кладовщик: _____