



Меню на 6 Декабря 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	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
Итого:		400				364,779
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	100	1	0,2	20	92
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Борщ	220	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	180	0,7	0,09	21,26	145
Итого:		640				797,46
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	200	0,67	0,13	5,43	25,66
	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Фрукт свежий	120	0,4	0,3	10,3	10,3
Итого:		660				367,71
	Всего за день	1800				1 621,97

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Сав
Кладовщик: Шел