



Меню на 17 Марта 2022

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 рисовая на молоке	175	6,21	5,28	27,90	184,0
	Чай с лимоном	180	0,02	-	-	0,19
	Масло (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Конфета шоколадная	20				313,29
	Итого:	420				
2	2 Завтрак					
	Йогурт	100	4,35	4,8	33,52	88,5
3	Обед:					
	I блюдо: Суп картофельный с макаронными изделиями и яйцом «Кудрявый»	250	4,9	3,8	20	121
	II блюдо Картофель отварной	150	2,19	2,97	14,7	94,64
	Котлета рыбная	70	09,05	7,95	11,29	152,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Кисель	180	0,08	0,08	13,94	54,88
	Икра кабачковая	40				518,92
	Итого:	730				
4	Уплотненный полдник:					
	Чай	180	0,02	-	-	0,19
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,869	5,486	-	19,87
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
	Яблоко	100	2,2	0,04	5,63	98
	Шарлотка	70				532,06
	Итого:	550				
	Всего за день	1800				1452,77

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар Сест.

Кладовщик Мел