



## Меню на 25 Марта 2022 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 из пшена и риса» ДРУЖБА»	250	0,38	0,13	3,12	15,15
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Масло (порциями)	10	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
	Печенье песочное	20	0,025	0,4	0,001	45
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				
<b>2</b>	<b>2 Завтрак:</b>					
	Сок фруктовый	<b>100</b>	1	0,2	20	92
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	<b>I блюдо:</b> Суп Рассольные	250	0,66	02,02	4,52	42,4
	<b>II блюдо:</b> Капуста тушеная	180	2,31	2,29	9,74	69,65
	Биточек мясной	70	11,92	8,8	11,64	173
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
	<b>III блюдо:</b> Компот	180	0,7	0,09	21,26	85,61
<b>Итого:</b>		<b>730</b>				539,53
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
	Кекс Зебра	50	0,06	0,23	4,58	105,08
	Чай	180	0,02	4,19	<b>31,37</b>	182,39
	Макароны отварные с сыром	190	3,64	5,37	36,67	210,0
	Хлеб пшеничный	50	4,5	1,7	30,8	43,0
<b>Итого:</b>		<b>470</b>				603,39
	<b>Всего за день</b>	<b>1800</b>				1518,01

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Сад  
Кладовщик: Сад