



Меню на 4 Апреля 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 манная	200	1,65	0,16	11,3	53,28
	Масло порциями	10	0,05	3,63	0,07	33,1
	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	180	0,02	4,19	31,37	182,399
Итого:		430				364,779
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	150	1	0,2	20	92
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Борщ	250	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	50	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Компот	180	0,7	0,09	21,26	145
Итого:		680				797,46
4	Уплотненный полдник:					
	Булочка	50	2,3	0,7	13,2	80
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	60
	Макаронны отварные с маслом	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
Итого:		540				367,71
	Всего за день	1800				1 621,97

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Сад
Кладовщик: Сад