



Меню на 8 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 из пшена и риса» ДРУЖБА»	200	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
Итого:		450				
2	2 Завтрак:					
	Сок фруктовый	100	1	0,2	20	92
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Рассольник со сметаной	200	0,66	02,02	4,52	42,4
	II блюдо: 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
	III блюдо: Компот	180	0,7	0,09	21,26	85,61
Итого:		680				539,53
4	Уплотненный полдник:					
	Кекс Зебра	50	0,06	0,23	4,58	105,08
	Чай	180	0,02	4,19	31,37	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
	Фрукт	100				
Итого:		570				603,39
	Всего за день	1800				1518,01

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: _____

Кладовщик: _____