



Меню на 18 Июля 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 пшеничная | 200 | 4,39 | 4,20 | 28,30 | 169,0 |
| | Чай | 180 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 41,0 |
| | Хлеб | 55 | 4,5 | 1,7 | 30,8 | 157,2 |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,04 | 3,62 | 0,065 | 43,0 |
| | | | | | | |
| Итого: | | 440 | | | | 512,2 |
| 2 | 2 Завтрак | | | | | |
| | Сок фруктовый | 100 | 0,90 | 0,18 | 17,71 | 76,9 |
| | | | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| | I блюдо: Суп Рассольник | 240 | 1,92 | 6,33 | 10,05 | 104,12 |
| | II блюдо Гречка отварная | 180 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,0 |
| | Шницель из говядины | 70 | 11,92 | 8,80 | 11,64 | 173,0 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,34 | 0,54 | 19,93 | 96 |
| | III блюдо: Компот | 180 | 0,08 | - | 22,26 | 89,4 |
| | | 40 | | | | |
| Итого: | | 750 | | | | |
| | | | | | | |
| 4 | Уплотненный полдник: | | | | | |
| | Чай | 180 | 0,27 | 0,17 | 0,11 | 3,21 |
| | Булочка | 100 | 8,96 | 8,12 | 0,49 | 110,83 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| | Яблоко | 100 | 0,02 | 0,065 | 10 | 69 |
| | Картофель, запеченный | 100 | 1,28 | 0,26 | 10,4 | 49,13 |
| Итого: | | 510 | | | | |
| | | | | | | |
| | Всего за день | 1800 | | | | 1686,24 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: _____

Кладовщик: _____

