



Меню на 10 Августа 2022 г 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 Ячневая | 210 | 2 | 0,26 | 13,08 | 62,6 |
| | Хлеб | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| | Масло (порциями) | 10 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,1 |
| | Чай | 180 | 0,02 | 3,63 | 0,07 | 33,1 |
| | | | | | | |
| Итого: | | 460 | | | | 304,8 |
| 2 | 2 Завтрак | | | | | |
| | Сок фруктовый | 50 | 1 | 0,2 | 20 | 92 |
| | | | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| | I блюдо: Суп Рассольник | 230 | 2,23 | 1,57 | 16,38 | 88,92 |
| | II блюдо: Макароны отварные | 130 | 3,68 | 03,01 | 17,63 | 112,3 |
| | Гуляш | 70 | 15,67 | 10,25 | 2,2 | 163,96 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| | III блюдо: Компот | 180 | 0,08 | 0,08 | 13,94 | 54,88 |
| | | | | | | |
| Итого: | | 650 | | | | 621,06 |
| 4 | Уплотненный полдник: | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4 | 0,5 | 25 | 120 |
| | Чай | 180 | 0,27 | 0,17 | 0,11 | 3,21 |
| | Суп молочный с рисом | 150 | 1,96 | 0,28 | 20,72 | 93,24 |
| | Печенье | 40 | 0,05 | 0,41 | 18,2 | 56 |
| | Яблоко | 100 | | | | |
| | | | | | | 428,75 |
| Итого: | | 570 | | | | |
| | | | | | | |
| | Всего за день | 1800 | | | | 1446,61 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: _____

Кладовщик: _____