



Меню на 13 Октября 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 рисовая на молоке	190	6,21	5,28	27,90	184,0
	Чай	180	0,02	-	-	0,19
	Масло (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
Итого:		415				313,29
2	2 Завтрак					
	Йогурт	150	4,35	4,8	33,52	88,5
3	Обед:					
	I блюдо: Суп картофельный с макаронными изделиями и яйцом «Кудрявый»	200	4,9	3,8	20	121
	II блюдо Картофельное пюре	150	2,19	2,97	14,7	94,64
	Котлета рыбная	75	09,05	7,95	11,29	152,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Кисель	180	0,08	0,08	13,94	54,88
Итого:		645				518,92
4	Уплотненный полдник:					
	Чай	180	0,02	-	-	0,19
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,869	5,486	-	19,87
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Булочка	50	6,5	15,0	58,0	320
	Банан	150				
Итого:		590				532,06
	Всего за день	1800				1452,77

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар _____

Кладовщик _____