



Меню на 2 Февраля 2023 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 пшеничная	150	8,96	8,12	0,49	110,83
	Чай	180	0,02	-	-	0,19
	Масло (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	Конфета	20				
Итого:		390				
2	2 Завтрак					
	Йогурт	180	4,35	4,8	33,52	88,5
3	Обед:					
	I блюдо: Суп картофельный с клецками	180	0,79	1,08	4,84	134,3
	II блюдо Рис отварной	130	2,19	2,97	14,7	94,64
	Котлета рыбная	120	11,63	5,72	4,27	115,28
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Компот	180	1	0,2	20	92
	Помидор свежий	40				
		650				
4	Уплотненный полдник:					
	Калачик сметанный	50	2,3	0,7	13,2	80
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Суп молочный с гречкой	200	2,16	0,64	11,2	59,2
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	15	72
	Апельсин	80				
Итого:		610				342,438

Не содержат ГМО и пищевых добавок

Повар _____

Кладовщик _____