



Меню на 14 Марта 2023 года 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 Кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло (порциями)	10	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Пряник	15				
Итого:		405				241,919
2	2 Завтрак					
	Снежок	180	2,8	3,4	4	86,0
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Гороховый	190	2,2	2,11	6,61	59,3
	II блюдо Пюре картофельное	130	2,58	3,13	26,72	145,35
	Суфле из печени , соус белый	70	13,24	5,85	7,74	138,45
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Кисель	180	0,08	0	29,85	120,45
	Кукуруза конс	40				
Итого:		710				632,42
4	Уплотненный полдник:					
	Сочень с творогом	85	11,82	6,37	1,42	109,91
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Омлет	150	8,96	8,12	0,49	110
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25	120
	Апельсин	100				
Итого:		640				422,229
	Всего за день	1800				1382,568

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: _____

Кладовщик: _____