

Марьина Т.Г.



МЕНЮ
04.10.2022 вторник

Кухня

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	406	15,04	15,45	51,57	0,78	
Какао с молоком	95	3,20	3,22	13,20	0,53	200
Сырники из творога	179	9,22	6,80	20,11	0,25	100
булочка городская	99	2,58	1,80	18,19		34
Масло (порциями)	33	0,04	3,63	0,07		5
Второй завтрак	70	0,64	0,64	15,68	16,00	
Яблоки	70	0,64	0,64	15,68	16,00	160
Обед	800	23,50	16,62	138,89	60,04	
Хлеб пшеничный	27	1,20	0,21	5,05		15
Компот из смеси сухофруктов	355			88,71		200
Хлеб ржаной	74	2,77	0,50	14,32		42
Чеснок	1	0,19		0,15	0,12	3
Перец, фаршированный мясом и рисом в томатном соусе	244	17,31	12,48	15,71	54,64	150
Суп картофельный с крупой пшенной	99	2,03	3,43	14,95	5,28	200
Полдник	331	10,52	8,33	53,50	3,66	
Хлеб пшеничный	27	1,20	0,21	5,05		15
Чай с лимоном	42	0,12	0,02	10,36	2,87	183/10/7
Каша пшеничная молочная	262	9,20	8,10	38,09	0,79	190/5/3
Соль на день						
Соль						4,3
Итого за день:	1 607	49,70	41,04	259,64	80,48	

Составитель заведующая хозяйством

(должность)

(подпись)

Гайсина С.В.

(ФИО)

повар

(должность)

(подпись)

Гюльзадян Г.К.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)