

**МЕНЮ**  
на 30.03.2021  
АЛЛЕРГОГРУППА

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша манная	200	3,28	3,08	21,02	123,98	0,000
Кофейный напиток	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Груша	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	5,84	5,28	25,34	172,90	34,280
Жаркое по-домашнему	220	24,29	24,20	44,07	491,90	55,484
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	16,56	62,96	0,000
Рыба соленая (порциями)	40	3,50	0,40	0,00	17,60	0,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Молоко	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,600
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
<b>УЖИН</b>						
Гарнир гречневый	150	4,83	6,44	24,88	181,76	0,000
Котлеты мясные	70	15,37	31,58	3,28	400,06	1,050
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
вафли	60	0,96	0,84	24,33	102,63	0,180



Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)