

**МЕНЮ**  
на 30.03.2021  
ДЕТСКИЙ САД

| 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>                  |                 |                  |         |             |                    |                         |
| Молоко кипяченое                  | 150             | 4,35             | 4,80    | 7,05        | 90,00              | 1,950                   |
| <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>                    |                 |                  |         |             |                    |                         |
| Пирожки печеные с мясом           | 100             | 15,03            | 12,21   | 40,01       | 332,39             | 0,300                   |
| Чай с сахаром                     | 200             | 0,20             | 0,00    | 10,02       | 39,82              | 0,100                   |
| Груша                             | 150             | 0,60             | 0,45    | 15,45       | 70,50              | 7,500                   |
| вафли                             | 30              | 0,96             | 0,84    | 24,33       | 102,63             | 0,180                   |

Руководитель



(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)