

МЕНЮ
на 16.04.2021
АЛЛЕРГОГРУППА

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша овсяная	200	4,30	5,84	21,80	156,10	0,000
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
ЗАВТРАК 2						
Сок яблочный	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3,000
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	200	7,30	7,60	24,56	196,26	29,420
Плов с мясом	200	22,78	23,84	37,68	457,46	4,760
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих ягод клюквы	200	0,08	0,02	20,52	80,00	2,240
Кукуруза сахарная консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,40	1,440
ПОЛДНИК						
кекс	80	4,96	10,88	27,52	220,96	0,000
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
УЖИН						
Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,92	12,53	32,44	293,67	0,846
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
печенье овсяное	60	3,30	7,38	43,68	238,20	0,000

Руководитель _____

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 16.04.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша овсяная	200	4,30	5,84	21,80	156,10	0,000
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
ЗАВТРАК 2						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	200	7,30	7,60	24,56	196,26	29,420
Плов с мясом	200	22,78	23,84	37,68	457,46	4,760
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих ягод клюквы	200	0,08	0,02	20,52	80,00	2,240
Кукуруза сахарная консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,40	1,440
ПОЛДНИК						
Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,92	12,53	32,44	293,67	0,846
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
кекс	80	4,96	10,88	27,52	220,96	0,000
Сок яблочный	100	0,50	0,00	10,10	42,22	2,000

Руководитель _____


(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)