

**МЕНЮ**  
на 14.05.2021  
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 гречневая	200	3,86	3,62	20,68	132,62	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,20	60,80	2,500
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
<b>ОБЕД</b>						
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
Кисель из свежих ягод (смородина)	200	0,16	0,06	23,88	94,74	30,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Пирожки печеные с творогом	100	12,41	6,81	40,81	276,52	0,500
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Сок яблочный	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3,000
печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 14.05.2021  
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 гречневая	200	3,86	3,62	20,68	132,62	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,20	60,80	2,500
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок яблочный	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3,000
<b>ОБЕД</b>						
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
Кисель из свежих ягод (смородина)	200	0,16	0,06	23,88	94,74	30,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
<b>УЖИН</b>						
Гарнир пшеничный с мясом	250	15,10	13,28	33,33	313,05	0,000
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,000
печенье овсяное	60	3,30	7,38	43,68	238,20	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100

Руководитель \_\_\_\_\_

(подпись)

*Р.К. Бальхаева*  
Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

