

МЕНЮ
на 23.06.2021
ДЕТ.САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	С	Са	
ЗАВТРАК									
Каша молочная "Дружба"	200	3,42	3,36	24,64	141,52	0,060	0,000	4,540	
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000	0,000	0,000	
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,20	60,80		2,500		
ЗАВТРАК 2									
Напиток из сиропа	100	0,10	0,00	1,53	7,05	0,000	0,000	0,000	
Яблоко	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,000	10,000	0,000	
ОБЕД									
Суп из овощей со сметаной	200	7,58	10,66	21,24	211,98	0,180	37,540	46,280	
Гарнир перловый	150	4,23	4,11	30,16	174,76	0,000	0,000	0,000	
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55		1,050		
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	16,56	62,96	0,000	0,000	0,000	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80		0,000		
Помидоры	40	0,24	0,08	1,68	7,96		10,000		
ПОЛДНИК									
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00		0,000		
Яйцо варенное	100	9,07	9,50	2,77	133,19		0,650		
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,050	0,000	5,750	
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,000	0,100	0,000	
Корж молочный	85	5,52	10,20	56,95	331,50	0,000	0,000	0,000	

Руководитель



(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)