

МЕНЮ
на 11.08.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С	Fe
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал		
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная	200	5,22	3,12	24,40	141,24	0,000	0,000
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100	
ЗАВТРАК 2							
Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,000	0,000
Компот из смеси с/фруктов	100	0,02	0,00	8,28	31,48	0,000	0,020
ОБЕД							
Суп картофельный со сметаной	200	7,20	7,02	26,24	197,64	31,540	2,060
Макаронные изделия отварные	130	5,15	6,02	31,42	200,15	0,000	0,962
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55	1,050	
Напиток из плодов шиповника	200	0,08	0,04	16,10	62,30	32,500	0,100
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000	
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000	
ПОЛДНИК							
Снежок	150	4,05	3,75	16,20	118,50	1,350	
Мясо тушеное с овощами	200	18,40	19,12	32,02	375,26	78,600	4,140
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,000	0,475
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100	0,000
вафли	30	0,96	0,84	24,33	102,63	0,180	

Руководитель _____ Бальхаева Р.К.
(подпись) (расшифровка подписи)