

МЕНЮ
на 19.08.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшенная	200	3,52	3,54	20,20	125,78	0,000
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Кофейный напиток	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,000
ЗАВТРАК 2						
Компот из смеси с/фруктов	100	0,02	0,00	8,28	31,48	0,000
яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,000
ОБЕД						
Суп с макаронными изделиями	200	5,56	5,18	17,36	180,12	20,760
Капуста тушеная	150	4,80	8,88	13,26	155,22	113,745
Тефтели мясные с рисом	80	20,02	17,44	9,47	273,64	1,000
икра кабачковая	25	0,00	1,75	1,75	22,50	0,000
Напиток из плодов шиповника	200	0,08	0,04	16,10	62,30	32,500
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
ПОЛДНИК						
Снежок	150	4,05	3,75	16,20	118,50	1,350
Картофель отварной	150	5,05	5,36	40,83	232,17	49,995
Рыба запеченная	110	15,96	6,70	0,00	124,67	1,012
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
мармелад	20	0,02	0,00	15,88	64,20	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)