

МЕНЮ
на 10.09.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	200	3,30	3,18	24,64	139,38	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						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,14	6,88	20,64	174,12	44,480
Гарнир рисовый	130	3,64	3,81	35,16	190,61	0,000
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
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
Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,92	12,53	32,44	293,67	0,846
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100



Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 10.09.2021

ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	200	3,30	3,18	24,64	139,38	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						
апельсин	200	1,80	0,40	16,20	86,00	120,000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,14	6,88	20,64	174,12	44,480
Гарнир рисовый	130	3,64	3,81	35,16	190,61	0,000
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
Помидоры	40	0,24	0,08	1,68	7,96	10,000
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
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	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000

Руководитель _____

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

