

МЕНЮ
на 29.09.2021
ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | С |
|-----------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша молочная "Дружба" | 200 | 3,42 | 3,36 | 24,64 | 141,52 | 0,000 |
| Бутерброд с маслом | 35 | 2,29 | 4,50 | 15,48 | 111,66 | 0,000 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,26 | 0,00 | 15,20 | 60,80 | 2,500 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Банан | 200 | 6,00 | 2,00 | 84,00 | 384,00 | 40,000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп из овощей со сметаной | 200 | 7,58 | 10,66 | 21,24 | 211,98 | 37,540 |
| Гарнир перловый | 150 | 4,23 | 4,11 | 30,16 | 174,76 | 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 |
| 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 |
| Омлет | 100 | 9,07 | 9,50 | 2,77 | 133,19 | 0,000 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 53,40 | 0,000 |
| кекс | 80 | 4,96 | 10,88 | 27,52 | 220,96 | 0,000 |
| Чай | 200 | 0,20 | 0,00 | 0,04 | 1,90 | 0,100 |

Руководитель _____


(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 29.09.2021
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | С |
|-----------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша молочная "Дружба" | 200 | 3,42 | 3,36 | 24,64 | 141,52 | 0,000 |
| Бутерброд с маслом | 35 | 2,29 | 4,50 | 15,48 | 111,66 | 0,000 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,26 | 0,00 | 15,20 | 60,80 | 2,500 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Банан | 200 | 6,00 | 2,00 | 84,00 | 384,00 | 40,000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп из овощей со сметаной | 200 | 7,58 | 10,66 | 21,24 | 211,98 | 37,540 |
| Гарнир перловый | 150 | 4,23 | 4,11 | 30,16 | 174,76 | 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 |
| 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 | | | | | | |
| кекс | 80 | 4,96 | 10,88 | 27,52 | 220,96 | 0,000 |
| Йогурт | 200 | 5,80 | 5,00 | 22,00 | 156,00 | 0,000 |
| УЖИН | | | | | | |
| Омлет натуральный | 200 | 18,14 | 19,00 | 5,54 | 266,38 | 1,300 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 53,40 | 0,000 |
| печенье | 30 | 2,25 | 3,54 | 22,47 | 125,13 | 0,000 |
| Чай | 200 | 0,20 | 0,00 | 0,04 | 1,90 | 0,100 |

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