

**МЕНЮ**  
на 29.10.2021  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша гречневая	200	3,86	3,62	20,68	132,62	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,20	60,80	2,500
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок яблочный	200	2,00	0,00	40,40	168,88	8,000
<b>ОБЕД</b>						
Свекольник со сметаной	200	7,30	7,60	24,56	196,26	29,420
Плов с мясом	200	22,78	23,84	37,68	457,46	4,760
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Кисель из свежих ягод (клюква или брусника)	200	0,12	0,08	24,02	95,04	2,240
<b>ПОЛДНИК</b>						
Пирожки печеные с творогом	100	12,41	6,81	40,81	276,52	0,500
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Шоколад	20	1,96	6,94	10,08	110,80	0,000



Руководитель

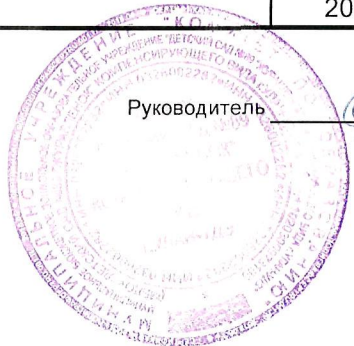
(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 29.10.2021  
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша гречневая	200	3,86	3,62	20,68	132,62	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,20	60,80	2,500
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок яблочный	200	2,00	0,00	40,40	168,88	8,000
<b>ОБЕД</b>						
Свекольник со сметаной	200	7,30	7,60	24,56	196,26	29,420
Плов с мясом	200	22,78	23,84	37,68	457,46	4,760
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Кисель из свежих ягод (клюква или брусника)	200	0,12	0,08	24,02	95,04	2,240
<b>ПОЛДНИК</b>						
Молоко	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,600
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
<b>УЖИН</b>						
Гарнир пшеничный с мясом	250	15,10	13,28	33,33	313,05	0,000
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
Шоколад	20	1,96	6,94	10,08	110,80	0,000



Руководитель

*Р.К. Бальхаева*  
(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)