

МЕНЮ
на 03.11.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная	200	5,22	3,12	24,40	141,24	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
ЗАВТРАК 2						
апельсин	200	1,80	0,40	16,20	86,00	120,000
ОБЕД						
Суп картофельный со сметаной	200	7,20	7,02	26,24	197,64	31,540
Гарнир гречневый	150	4,83	6,44	24,88	181,76	0,000
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55	1,050
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
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
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
вафли	60	0,96	0,84	24,33	102,63	0,180

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)



МЕНЮ
на 03.11.2021
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная	200	5,22	3,12	24,40	141,24	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
ЗАВТРАК 2						
апельсин	200	1,80	0,40	16,20	86,00	120,000
ОБЕД						
Суп картофельный со сметаной	200	7,20	7,02	26,24	197,64	31,540
Гарнир гречневый	150	4,83	6,44	24,88	181,76	0,000
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55	1,050
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
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	200	5,40	5,00	21,60	158,00	1,800
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
УЖИН						
Мясо тушеное с овощами	200	18,40	19,12	32,02	375,26	78,600
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,000
вафли	60	0,96	0,84	24,33	102,63	0,180
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

