

**МЕНЮ**  
на 30.12.2021  
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

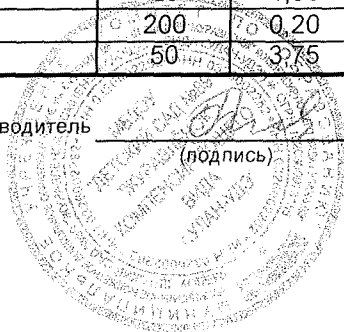
Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша гречневая	200	3,86	3,62	20,68	132,62	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,20	60,80	2,500
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
<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
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
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>						
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
Молоко	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,600
<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
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)



**МЕНЮ**  
на 30.12.2021  
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>						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
<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
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
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 кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	90,00	1,950
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
печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

