

**МЕНЮ**  
на 10.03.2022  
ДЕТСКИЙ САД

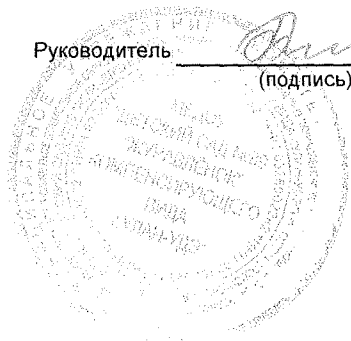
Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая	200	3,74	4,64	23,28	148,84	0,000
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Кофейный напиток	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп с макаронными изделиями	200	5,56	5,18	17,36	180,12	20,760
Капуста тушеная	150	4,88	8,90	13,66	157,28	114,255
Тефтели мясные с рисом	80	20,02	17,44	9,47	273,64	1,000
Напиток из плодов шиповника	200	0,08	0,04	16,10	62,30	32,500
икра кабачковая	25	0,00	1,75	1,75	22,50	0,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
Картофель отварной	150	5,05	5,36	40,83	232,17	49,995
Рыба запеченная	110	17,22	7,46	0,00	135,60	0,759
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,000
Конфеты шоколадные	25	0,98	3,65	17,50	102,38	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100

Руководитель \_\_\_\_\_

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)



**МЕНЮ**  
на 10.03.2022  
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая	200	3,74	4,64	23,28	148,84	0,000
Бутерброд с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Кофейный напиток	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп с макаронными изделиями	200	5,56	5,18	17,36	180,12	20,760
Капуста тушеная	150	4,88	8,90	13,66	157,28	114,255
Тефтели мясные с рисом	80	20,02	17,44	9,47	273,64	1,000
Напиток из плодов шиповника	200	0,08	0,04	16,10	62,30	32,500
икра кабачковая	25	0,00	1,75	1,75	22,50	0,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
<b>УЖИН</b>						
Картофель отварной	150	5,05	5,36	40,83	232,17	49,995
Рыба запеченная	110	17,22	7,46	0,00	135,60	0,759
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40	0,000
Конфеты шоколадные	25	0,98	3,65	17,50	102,38	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

