

МЕНЮ
на 15.07.2022
ДЕТСКИЙ САД 12

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
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
ЗАВТРАК 2						
Напиток из плодов шиповника	100	0,09	0,04	8,69	35,52	25,000
яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,000
ОБЕД						
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	50	2,50	0,10	4,15	27,50	12,500
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Кисель из свежих ягод (клубника или брусника)	200	0,12	0,08	24,02	95,04	2,240
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,600
УЖИН						
Гарнир пшеничный с мясом	250	14,52	13,10	30,00	295,95	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	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000

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

МЕНЮ
на 15.07.2022
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
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
ЗАВТРАК 2						
Напиток из плодов шиповника	100	0,09	0,04	8,69	35,52	25,000
яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,000
ОБЕД						
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	50	2,50	0,10	4,15	27,50	12,500
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
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	90,00	1,950
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000

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