

МЕНЮ
на 20.07.2022
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 маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
ЗАВТРАК 2						
Компот из смеси с/фруктов	100	0,02	0,00	8,28	31,48	0,000
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
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
Напиток из плодов шиповника	200	0,08	0,04	16,10	62,30	32,500
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
Ватрушка с вареньем	80	5,22	6,51	52,08	293,90	0,272
вафли	30	0,96	0,84	24,33	102,63	0,180

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