

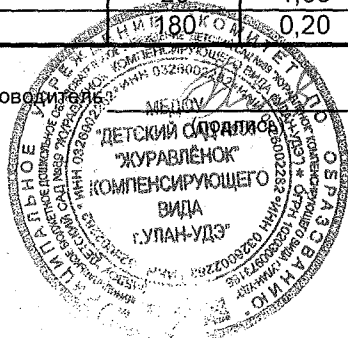
МЕНЮ
на 22.09.2022
ЯСЛИ 12ч.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | С |
|-----------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша ячневая | 150 | 2,91 | 2,78 | 17,50 | 106,04 | 0,000 |
| Бутерброд с маслом | 25 | 1,54 | 4,20 | 10,34 | 85,45 | 0,000 |
| Кофейный напиток | 180 | 1,17 | 1,35 | 11,70 | 61,78 | 0,000 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| апельсин | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60,000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп с макаронными изделиями | 180 | 4,84 | 4,07 | 14,04 | 145,64 | 16,758 |
| Капуста тушеная | 120 | 3,17 | 4,64 | 9,06 | 92,62 | 73,500 |
| Тефтели мясные с рисом | 60 | 11,66 | 10,76 | 3,77 | 158,39 | 0,798 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,07 | 0,04 | 12,87 | 49,86 | 25,974 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | 0,000 |
| Огурцы свежие | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,20 | 3,000 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Йогурт | 150 | 4,35 | 3,75 | 16,50 | 117,00 | 0,000 |
| печенье | 50 | 3,75 | 5,90 | 37,45 | 208,55 | 0,000 |
| УЖИН | | | | | | |
| Конфеты шоколадные | 25 | 0,98 | 3,65 | 17,50 | 102,38 | 0,000 |
| Картофель отварной | 150 | 4,04 | 4,42 | 32,67 | 187,02 | 40,005 |
| Рыба запеченная | 90 | 14,35 | 6,54 | 0,00 | 115,97 | 0,630 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | 0,000 |
| Чай | 180 | 0,20 | 0,00 | 0,04 | 1,93 | 0,108 |

Руководитель

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)



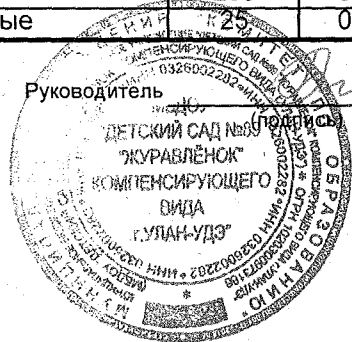
МЕНЮ
на 22.09.2022
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | С |
|-----------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------------|---------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| апельсин | 150 | 1,35 | 0,30 | 12,15 | 64,50 | 90,000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 | 19,62 | 17,39 | 7,06 | 262,96 | 1,000 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,08 | 0,04 | 16,10 | 62,30 | 32,500 |
| Огурцы свежие | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 | 5,000 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,80 | 0,000 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Йогурт | 200 | 5,80 | 5,00 | 22,00 | 156,00 | 0,000 |
| печенье | 60 | 4,50 | 7,08 | 44,94 | 250,26 | 0,000 |
| УЖИН | | | | | | |
| 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 |
| Чай | 200 | 0,20 | 0,00 | 0,04 | 1,90 | 0,100 |
| Конфеты шоколадные | 25 | 0,98 | 3,65 | 17,50 | 102,38 | 0,000 |

Руководитель

Бальхаева Р.К.

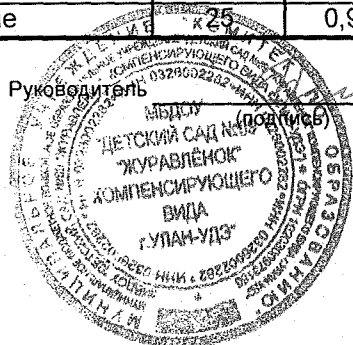
(расшифровка подписи)



МЕНЮ
на 22.09.2022
ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | С |
|-----------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------------|---------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| апельсин | 150 | 1,35 | 0,30 | 12,15 | 64,50 | 90,000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 | 19,62 | 17,39 | 7,06 | 262,96 | 1,000 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,08 | 0,04 | 16,10 | 62,30 | 32,500 |
| Огурцы свежие | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 | 5,000 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,80 | 0,000 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 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 |
| Чай | 200 | 0,20 | 0,00 | 0,04 | 1,90 | 0,100 |
| Конфеты шоколадные | 25 | 0,98 | 3,65 | 17,50 | 102,38 | 0,000 |

Руководитель



Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)