

МЕНЮ
на 30.09.2022
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	200	3,30	3,18	24,64	139,38	0,000
Бутерброд с повидлом и маслом	60	2,29	4,49	15,49	111,64	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
ЗАВТРАК 2						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,14	6,88	20,64	174,12	44,480
Гарнир рисовый	130	3,64	3,81	35,16	190,61	0,000
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
зеленый горошек	50	2,50	0,10	4,15	27,50	12,500
ПОЛДНИК						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
Макаронные изделия отварные с сыром	180	15,53	15,89	32,80	335,75	1,116
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

Руководитель



(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 30.09.2022
ЯСЛИ 12ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	150	2,58	2,74	18,63	109,04	0,000
Бутерброды с повидлом и маслом	45	1,54	4,20	10,35	85,44	0,000
Чай	180	0,20	0,00	0,04	1,93	0,108
ЗАВТРАК 2						
апельсин	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	4,61	4,88	16,52	129,35	35,676
Гарнир рисовый	120	2,50	3,97	25,97	149,64	0,000
Биточки паровые	60	12,01	11,78	4,52	170,38	0,798
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	0,000
Компот из свежих плодов яблок	150	0,06	0,06	11,46	44,97	1,500
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
УЖИН						
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,84	8,79	26,90	225,69	0,600
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

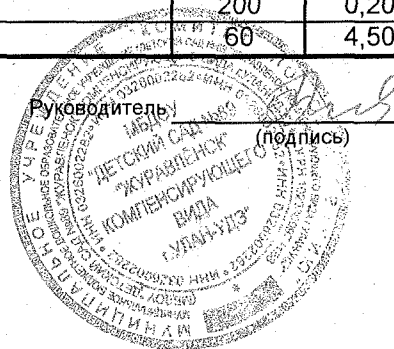


Руководитель
(подпись)

Бальхаева Р.К.
(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 30.09.2022
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	200	3,30	3,18	24,64	139,38	0,000
Бутерброд с повидлом и маслом	60	2,29	4,49	15,49	111,64	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
ЗАВТРАК 2						
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,14	6,88	20,64	174,12	44,480
Гарнир рисовый	130	3,64	3,81	35,16	190,61	0,000
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
зеленый горошек	50	2,50	0,10	4,15	27,50	12,500
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
УЖИН						
Макаронные изделия отварные с сыром	180	15,53	15,89	32,80	335,75	1,116
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	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000



Руководитель (подпись)

Бальхаева Р.К. (расшифровка подписи)