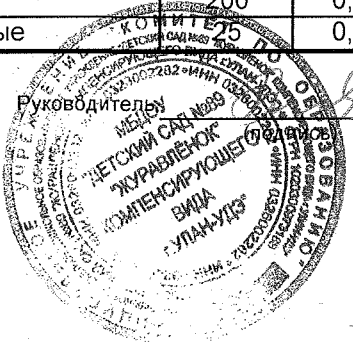


**МЕНЮ**  
на 06.10.2022  
ДЕТСКИЙ САД

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	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
<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
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Конфеты шоколадные	200	0,98	3,65	17,50	102,38	0,000

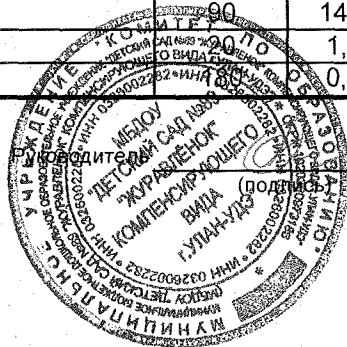


Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 06.10.2022  
ЯСЛИ 12ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
апельсин	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,000
<b>ОБЕД</b>						
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
<b>ПОЛДНИК</b>						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000
<b>УЖИН</b>						
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	20	0,20	0,00	0,04	1,93	0,108



Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 06.10.2022  
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	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
<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
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Конфеты шоколадные	200	0,98	3,65	17,50	102,38	0,000



Бальхаева Р.К.  
(расшифровка подписи)