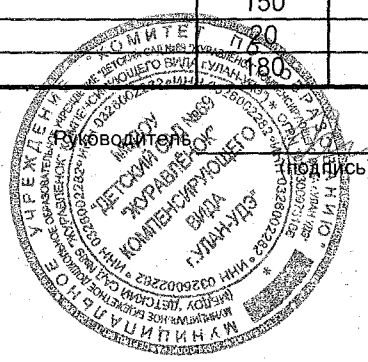


**МЕНЮ**  
на 10.10.2022  
ЯСЛИ 12ч.

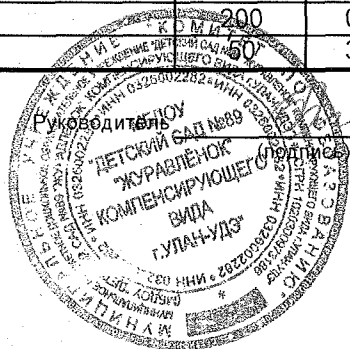
Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая	150	2,31	2,72	19,23	110,04	0,000
Бутерброд с маслом	25	1,54	4,20	10,34	85,45	0,000
Чай с сахаром	180	0,20	0,00	10,03	39,85	0,108
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок яблочный	100	0,50	0,00	10,10	42,22	2,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп уха из консерв сайры	180	5,44	2,70	14,47	104,35	13,806
Макаронные изделия отварные	130	4,33	4,73	26,47	165,53	0,000
Биточки паровые	60	12,01	11,78	4,52	170,38	0,798
Компот из кураги	180	0,47	0,02	14,58	58,81	0,360
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	0,000
Кукуруза сахарная консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,40	1,440
<b>ПОЛДНИК</b>						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	100	12,57	9,19	21,85	218,58	0,470
Чай	180	0,20	0,00	0,04	1,93	0,108
<b>УЖИН</b>						
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000
Картофель отварной	150	4,04	4,42	32,67	187,02	40,005
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,000
Чай	180	0,20	0,00	0,04	1,93	0,108



Бальхаева Р.К.  
(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 10.10.2022  
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая	200	2,98	4,58	25,42	153,84	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
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок яблочный	200	2,00	0,00	40,40	168,88	8,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп уха из консерв сайры	200	7,36	3,00	22,78	147,96	21,640
Макаронные изделия отварные	130	5,15	6,02	31,42	200,15	0,000
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
Компот из кураги	200	0,58	0,04	20,58	82,36	0,440
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Кукуруза сахарная консервированная	50	1,10	0,20	5,60	29,00	2,400
<b>ПОЛДНИК</b>						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	150	19,48	14,16	30,62	325,56	0,705
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
<b>УЖИН</b>						
Картофель отварной	180	5,04	5,35	40,82	232,13	50,004
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000



Бальхаева Р.К.  
(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 10.10.2022  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая	200	2,98	4,58	25,42	153,84	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
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок яблочный	200	2,00	0,00	40,40	168,88	8,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп уха из консерв сайры	200	7,36	3,00	22,78	147,96	21,640
Макаронные изделия отварные	130	5,15	6,02	31,42	200,15	0,000
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
Компот из кураги	200	0,58	0,04	20,58	82,36	0,440
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Кукуруза сахарная консервированная	50	1,10	0,20	5,60	29,00	2,400
<b>ПОЛДНИК</b>						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	150	19,48	14,16	30,62	325,56	0,705
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
печенье	50	3,75	5,90	37,45	208,55	0,000

Руководитель



(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)