

МЕНЮ
на 11.11.2022
ДЕТСКИЙ САД 12 ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
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						
Сок яблочный	150	1,12	0,00	22,72	95,00	4,500
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						
булочная мелочь	100	7,70	3,00	46,80	294,00	0,000
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

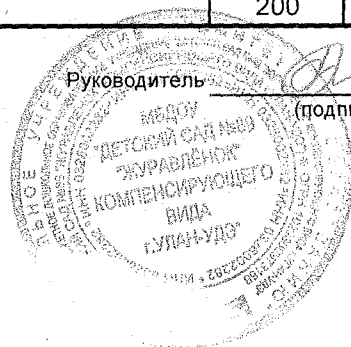
(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 11.11.2022
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
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						
Сок яблочный	150	1,12	0,00	22,72	95,00	4,500
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
булочная мелочь	100	7,70	3,00	46,80	294,00	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100

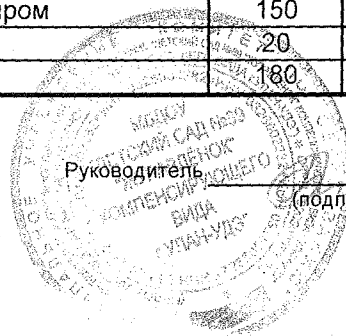


Руководитель _____
(подпись)

Бальхаева Р.К.
(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 11.11.2022
ЯСЛИ 12ч.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	150	2,58	2,74	18,63	109,04	0,030
Бутерброд с повидлом и маслом	45	1,54	4,20	10,35	85,44	0,022
Чай	180	0,20	0,00	0,04	1,93	0,000
ЗАВТРАК 2						
Сок яблочный	100	0,50	0,00	10,10	42,22	0,010
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	4,61	4,88	16,52	129,35	0,126
Гарнир рисовый	120	2,50	3,97	25,97	149,64	0,024
Биточки паровые	60	12,01	11,78	4,52	170,38	0,054
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	0,080
Компот из свежих плодов яблок	150	0,06	0,06	11,46	44,97	0,000
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	0,102
ПОЛДНИК						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
булочная мелочь	50	3,85	1,50	23,40	147,00	0,000
УЖИН						
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	
Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,84	8,79	26,90	225,69	0,075
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,040
Чай	180	0,20	0,00	0,04	1,93	0,000



Руководитель
(подпись)

Бальхаева Р.К.
(расшифровка подписи)