

МЕНЮ

На 29.09.2020 10,5 ч.

Наименование Блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витаминны и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша ячневая	200	9,93	11,58	49,45	345,59	0,9
Багет с маслом и сыром	30/5/30	2,37/0,04	0,68//6,63	16,13/0,07	81/60/33,0	
Чай с молоком	200	2,15	1,72	6,03	40,01	
10:00						
яблоко	200	0,80	0,80	19,60	94	20
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	3,85	2,17	6,78	81,23	
Тарнир перловый	100	2,62	5,24	30,36	178,56	
Котлета мясная	70	7,68	10,56	6,51	155,94	
Хлеб	50	2,94	1,79	27,67	136,66	
Компот из свежих ягод	200	0,56		28,33	115,81	
ПОЛДНИК						
Сырники творожные со стухленным молоком	150	5,58	6,31	21,0	181,4	
Чай	200	0,14	0,04	0,02	0,06	
Хлеб	50	2,94	1,79	27,67	136,66	

Руководитель

(подпись)

Балпахеева Р.К.
(расшифровка подписи)

