

МЕНЮ

На 07.10.2020 10,5 ч.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витаминны и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая	200					
Батон с маслом	30/5	2,37/0,04	0,68//6,63	16,13/0,07	81/60	0,838
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	20,20	80,1	2,9
10:00						
йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,00
ОБЕД						
Суп щи со сметаной	200	7,20	6,86	20,64	174,28	45,540
Гарнир гречневый	120	5,64	7,91	25,82	207,64	
Биточки мясные	70	19,14	18,07	3,23	250,78	1,001
Хлеб	50	2,94	1,79	27,67	136,66	
Компот из с/фруктов	200					
ПОЛДНИК						
Колбаса отварная						
Хлеб	50	2,94	1,79	27,67	136,66	
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	
Кекс						

Руководитель  Бальхаева Р.К.
 (подпись) (расшифровка подписи)

