

# МЕНЮ

На 16.10.2020 10,5 ч.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			Витаминны и минералы, мг	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Калорийность, ккал
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша геркулесовая	200	4,30	4,40	21,78	142,88	0,00
Батон с маслом	30/5	2,37/0,04	0,68//6,63	16,13/0,07	81/60	0,838
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
10:00						
Яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94	20
<b>ОБЕД</b>						
Суп с вермишелью	200	7,42	8,78	17,36	219,9	
Канюста тушеная с мясом	150	4,80	8,88	13,26	155,22	113,745
Хлеб	50	2,94	1,79	27,67	136,66	
Компот из кураги	200	0,58	3,40	27,02	172,08	20,76
<b>ПОЛДНИК</b>						
Суп молочный	200	3,10	3,62	7,70	116,48	
Чай	200	13,3	15,2	8,62	272	
печенье	40	3,00	4,72	29,96	166,84	0,00

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

