

МЕНЮ

На 30.10.2020

10,5 ч.

| Наименование блюда | Выход, г | Пищевая ценность | | | Витамин и минералы, мг | |
|-------------------------|----------|------------------|------------|-------------|------------------------|--------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | Калорийность, ккал |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 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 | | | | | | |
| Дюбки | 200 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94 | 20 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп с вермишелью | 200 | 7,42 | 8,78 | 17,36 | 219,9 | |
| Капуста 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 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 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)

Балъхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

