

МЕНЮ

На 24.09.2020 12 ч.

| Наименование блюд | Выход, г | Пищевая ценность | | | | Витамины и минералы, мг |
|-------------------------|----------|------------------|------------|-------------|--------------------|-------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша пшеничная | 200 | 9,93 | 11,58 | 49,45 | 345,59 | |
| Батон 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 сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 10,02 | 39,82 | |
| 10:00 | | | | | | |
| яблоко | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп с вермишелью | 200 | 7,42 | 8,78 | 17,36 | 219,9 | |
| Капуста тушеная с мясом | 130/70 | | | | | |
| 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 | | | | | | |
| Кефир | 200 | 0,14 | 0,04 | 0,02 | 0,06 | |
| Коржик | 85 | 5,52 | 10,20 | 56,95 | 331,5 | 0,00 |
| УЖИН | | | | | | |
| Чай | 200 | 0,14 | 0,04 | 0,02 | 0,06 | |
| Тефтели рыбные | 60 | 10,50 | 3,40 | 2,0 | 80,50 | |
| Огурец св. | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7 | 5 |
| Хлеб | 50 | 2,94 | 1,79 | 27,67 | 136,66 | |

Руководитель _____


(подпись)

Бальхаева Р.К. _____
(расшифровка подписи)