

# МЕНЮ

На 14.10.2020 12 ч.

Наименование блюд	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная	200	3,28	3,08	21,02	123,98	
Батон с маслом	30/5	2,37/0,04	0,68//6,63	16,13/0,07	81/60	0,838
Какао с молоком	200	6,78	6,23	11,97	133,75	
10:00						
йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,00
ОБЕД						
Суп уха из консервы сайра	200	6,78	6,23	11,97	132,75	
Пюре картофельное	130	4,73	6,42	33,10	209,5	39,000
Биточки мясные	70	19,14	18,07	3,23	250,78	1,001
Хлеб	40	2,94	1,79	27,67	136,66	
Компот из с/фруктов	200	0,06		33,14	125,94	
ПОЛДНИК						
Кефир	150	4,05	3,75	16,20	118,5	1,35
Печенье	40	3,00	4,72	29,96	166,84	40
УЖИН						
Сосиска отварная	70	4,5	14,75	0,35	152	
Батон	30	1,85	5,67	10,9	102	
Чай с молоком	200	13,3	15,2	8,62	272	
конфеты	30	4,30	3,44	12,06	80,02	

Руководитель \_\_\_\_\_  
(подпись)

Бальхаева Р.К. \_\_\_\_\_  
(расшифровка подписи)