

МЕНЮ

На 19.10.2020 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 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,26 | 0,00 | 20,20 | 80,1 | 2,9 |
| 10:00 | | | | | | |
| снежок | 150 | 4,05 | 3,75 | 16,20 | 118,5 | 1,35 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп уха из консервов | 200 | 6,78 | 6,23 | 11,97 | 132,75 | |
| Макароны отварные | 130 | 6,67 | 5,94 | 40,79 | 2423,03 | |
| Котлета мясная | 70 | 7,68 | 10,56 | 6,51 | 155,94 | |
| 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 | | | | | | |
| Баранки | 50 | 4,15 | 4,00 | 30,20 | 174 | 0,00 |
| Кефир | 200 | 0,14 | 0,04 | 0,02 | 0,06 | |
| УЖИН | | | | | | |
| Калач молочный с вареньем | 50 | 4,15 | 4,00 | 30,20 | 174 | 0,00 |
| Чай | 200 | 0,14 | 0,04 | 0,02 | 0,06 | |

Руководитель 
(подпись)

Бальхаева Р.К.
(расшифровка подписи)

