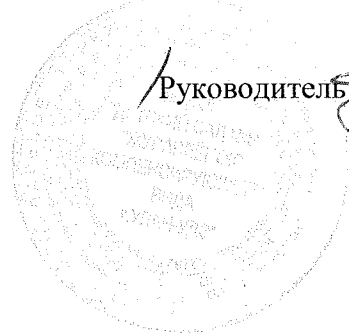


# МЕНЮ

На 22.10.2020

12 ч.

| Наименование блюд       | Выход, г | Пищевая ценность |            |             |                    | Витамины и минералы, мг |
|-------------------------|----------|------------------|------------|-------------|--------------------|-------------------------|
|                         |          | Белки, г         | Жиры, г    | Углеводы, г | Калорийность, ккал |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>          |          |                  |            |             |                    |                         |
| 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                  |          |                  |            |             |                    |                         |
| <b>ОБЕД</b>             |          |                  |            |             |                    |                         |
| 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                   |
| <b>ПОЛДНИК</b>          |          |                  |            |             |                    |                         |
| Кефир                   | 200      | 0,14             | 0,04       | 0,02        | 0,06               |                         |
| Коржик                  | 85       | 5,52             | 10,20      | 56,95       | 331,5              | 0,00                    |
| <b>УЖИН</b>             |          |                  |            |             |                    |                         |
| 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)