

**МЕНЮ**  
на 04.12.2020  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
Каша ячневая	200	3,72	3,20	23,24	135,62	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
<b>10:00</b>						
Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106,00	1,400
<b>ОБЕД</b>						
Гарнир рисовый	130	3,18	4,08	33,37	182,95	0,000
Гуляш мясной	80	20,11	21,19	9,05	307,25	2,248
Компот из свежих ягод брусники	200	0,10	0,08	21,18	82,70	2,240
Рассольник со сметаной	200	7,20	6,94	24,46	190,08	22,040
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Конфеты шоколадные	25	0,40	2,14	3,41	33,69	0,000
Макаронные изделия отварные с сыром	180	9,16	1,69	56,38	277,02	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000

Руководитель \_\_\_\_\_

  
(подпись) Бальхаева Р.К.  
(расшифровка подписи)

## МЕНЮ

на 04.12.2020

АЛЛЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Каша ячневая	200	3,72	3,20	23,24	135,62	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
<b>10:00</b>						
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000
<b>ОБЕД</b>						
Гарнир рисовый	130	3,18	4,08	33,37	182,95	0,000
Гуляш мясной	80	20,11	21,19	9,05	307,25	2,248
Компот из свежих ягод брусники	200	0,10	0,08	21,18	82,70	2,240
Рассольник со сметаной	200	7,20	6,94	24,46	190,08	22,040
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106,00	1,400
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
<b>УЖИН</b>						
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Макаронные изделия отварные с сыром	180	9,16	1,69	56,38	277,02	0,000
Сухари сливочные	40	3,40	4,32	26,68	159,60	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)