


МЕНЮ
на 16.12.2020
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная	200	5,22	3,12	24,40	141,24	0,000
Какао с молоком	200	1,44	1,56	16,96	84,94	0,000
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
10:00						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	7,66	4,62	24,02	169,12	48,280
Гарнир гречневый	150	4,32	4,65	27,24	168,02	0,000
Бефстроганов из печени	80	12,85	5,26	11,58	146,04	24,720
Напиток из плодов шиповника	200	0,20	0,00	17,98	69,64	50,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Помидоры	40	0,24	0,08	1,68	7,96	10,000
ПОЛДНИК						
Сосиски отварные	70	5,39	11,71	0,20	127,89	0,000
Чай с молоком	200	1,60	1,42	1,96	29,02	0,200
коржик	85	5,52	10,20	56,95	331,50	0,000
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
апельсин	200	1,80	0,40	16,20	86,00	120,000
Рис отварной	130	3,18	4,03	33,25	182,00	0,000

Руководитель


(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 16.12.2020
АЛЛЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		бел.	Жир	Углевод.	Энергетическая ценность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Какао с молоком	200	1,44	1,56	16,96	84,94	0,000
Хлеб пшеничный	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Хлеб ржаной	200	4,64	4,02	38,84	201,14	0,000
10:00						
Чай с молоком	200	3,30	1,00	11,00	94,00	20,000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	7,66	4,62	24,02	169,12	48,280
Бефстроганов из печени	80	12,85	5,26	11,58	146,04	24,720
Напиток из плодов шиповника	200	0,20	0,00	17,98	69,64	50,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Помидоры	40	0,24	0,08	1,68	7,96	10,000
Макаронные изделия отварные	130	6,67	5,94	40,79	243,04	0,000
ПОЛДНИК						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
вафли	60	0,96	0,84	24,33	102,63	0,180
УЖИН						
Рис отварной	130	3,18	4,03	33,25	182,00	0,000
Сосиски отварные	70	5,39	11,71	0,20	127,89	0,000
Чай с молоком	200	1,60	1,42	1,96	29,02	0,200
коржик	85	5,52	10,20	56,95	331,50	0,000
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель _____

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)