

**МЕНЮ**  
на 23.12.2020  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша овсяная	200	4,30	4,40	21,78	142,88	0,000
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
<b>10:00</b>						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп из овощей со сметаной	200	7,74	9,90	21,32	206,30	45,780
Гарнир перловый	150	4,23	4,11	30,16	174,76	0,000
Котлеты мясные	70	15,42	14,87	3,28	207,38	0,000
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	16,56	62,96	0,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Гарнир гречневый	150	4,32	4,65	27,24	168,02	0,000
Колбаса (порциями)	80	8,19	14,21	0,96	164,48	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Пряник	40	1,92	1,12	31,08	134,32	0,000
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000

Руководитель \_\_\_\_\_

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 23.12.2020  
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
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
Каша овсяная	200	7,36	8,22	38,52	255,54	0,000
<b>10:00</b>						
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп из овощей со сметаной	200	7,74	9,90	21,32	206,30	45,780
Гарнир перловый	150	4,23	4,11	30,16	174,76	0,000
Котлеты мясные	70	15,42	14,87	3,28	207,38	0,000
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	16,56	62,96	0,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
вафли	50	4,15	4,00	30,20	174,00	0,000
<b>УЖИН</b>						
Гарнир гречневый	150	4,32	4,65	27,24	168,02	0,000
Колбаса (порциями)	80	8,19	14,21	0,96	164,48	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель \_\_\_\_\_

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)