

МЕНЮ
на 28.12.2020
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша рисовая	200	2,96	3,12	25,40	140,62	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
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
10:00						
Снежок	200	5,40	5,00	21,60	158,00	1,800
ОБЕД						
Суп уха из консерв сайры	200	8,24	3,40	27,02	172,08	20,760
Гарнир гречневый	150	5,12	4,58	31,40	187,00	0,000
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из кураги	200	0,58	0,04	20,58	82,36	0,440
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
ПОЛДНИК						
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Запеканка творожная со сгущенным молоком	100	17,86	11,21	9,07	208,15	0,500
Баранки сдобные	50	4,15	4,00	30,20	174,00	0,000
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 28.12.2020

АЛЛЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша рисовая	200	2,96	3,12	25,40	140,62	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
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
10:00						
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000
ОБЕД						
Суп уха из консерв сайры	200	8,24	3,40	27,02	172,08	20,760
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из кураги	200	0,58	0,04	20,58	82,36	0,440
Биточки паровые	70	19,26	18,19	3,24	252,35	1,001
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
Гарнир гречневый	150	4,32	4,65	27,24	168,02	0,000
ПОЛДНИК						
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Запеканка творожная со сгущенным молоком	100	17,86	11,21	9,07	208,15	0,500
УЖИН						
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Баранки сдобные	50	4,15	4,00	30,20	174,00	0,000
Жаркое по-домашнему	220	22,88	23,98	34,08	443,96	41,250

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)