

МЕНЮ
на 29.12.2020
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша манная	200	3,28	3,08	21,02	123,98	0,000
Кофейный напиток	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,000
Бутерброд с сыром	65	10,09	12,44	16,54	218,30	0,838
10:00						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	7,90	6,00	26,06	190,58	43,240
Жаркое по-домашнему	220	22,88	23,98	34,08	443,96	41,250
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	16,56	62,96	0,000
Рыба соленая (порциями)	40	6,80	3,40	0,00	58,00	0,320
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
ПОЛДНИК						
Пирожки печеные с мясом	100	15,28	12,32	40,46	332,39	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
апельсин	200	1,80	0,40	16,20	86,00	120,000

Руководитель


(подпись)

Бальяева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 29.12.2020
АЛЛЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша манная	200	3,28	3,08	21,02	123,98	0,000
Кофейный напиток	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,000
Бутерброд с сыром	65	10,09	12,44	16,54	218,30	0,838
10:00						
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	7,90	6,00	26,06	190,58	43,240
Жаркое по-домашнему	220	22,88	23,98	34,08	443,96	41,250
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	16,56	62,96	0,000
Рыба соленая (порциями)	40	6,80	3,40	0,00	58,00	0,320
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
ПОЛДНИК						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
Булочка домашняя	60	5,45	6,70	41,98	247,83	0,000
УЖИН						
Гарнир гречневый	150	4,32	4,65	27,24	168,02	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55	1,050

Руководитель _____

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)