

**МЕНЮ**  
на 30.12.2020  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>10:00</b>						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
<b>ОБЕД</b>						
Борщ со сметаной	200	7,66	4,62	24,02	169,12	48,280
Макаронные изделия отварные	130	5,12	4,58	31,40	187,00	0,000
Бефстроганов из печени	80	12,85	5,26	11,58	146,04	24,720
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
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
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
Сухари сливочные	40	3,40	4,32	26,68	159,60	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)



