

МЕНЮ

на 26.01.2021

АЛПЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Сул молочный с макаронными изделиями	200	3,08	3,94	7,68	119,32	0,300
Бутерброд с сыром	65	10,09	12,44	16,54	218,30	0,838
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
10:00						
Груша	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,20	6,86	20,64	174,28	45,540
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Пюре картофельное	130	4,64	5,14	33,60	199,68	40,001
Гуляш мясной	80	20,33	21,17	10,21	312,70	4,496
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
Рыба соленая (порциями)	40	6,80	3,40	0,00	58,00	0,320
ПОЛДНИК						
Снежок	200	5,40	5,00	21,60	158,00	1,800
Булочка домашняя	60	5,45	6,70	41,98	247,83	0,000
УЖИН						
Гарнир пшеничный с мясом	250	30,50	26,60	41,65	527,55	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель

Баляхаева Р.К.

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 26.01.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	3,08	3,94	7,68		0,300
Бутерброд с сыром	65	10,09	12,44	16,54		0,838
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02		0,100
10:00						
Снежок	200	5,40	5,00	21,60		1,800
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,20	6,86	20,64		45,540
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15		0,000
Люле картофельное	130	4,64	5,14	33,60		40,001
Гуляш мясной	80	20,33	21,17	10,21		4,496
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42		2,500
Рыба соленая (порциями)	40	6,80	3,40	0,00		0,320
ПОЛДНИК						
Пирожки печеные с печенью и рисом	100	12,05	4,53	49,45		285,80
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02		39,82
печенье	60	4,50	7,08	44,94		250,26
Груша	200	0,80	0,60	20,60		94,00

Руководитель

Бальхаева Р.К.

(подпись)

(расшифровка подписи)

