

МЕНЮ

На 03.02.2021

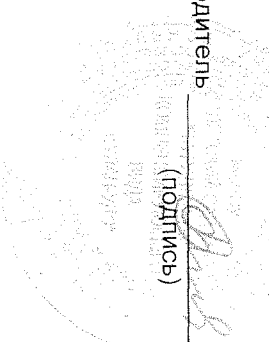
АЛПЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная	200	5,22	3,12	24,40	141,24	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
10:00						
Груша	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	6,04	7,14	23,66	187,18	35,180
Макаронные изделия отварные	130	5,12	4,58	31,40	187,00	0,000
Бефстроганов из печени	80	16,05	5,14	14,45	169,33	30,896
Компот из свежих ягод брусники	200	0,10	0,08	21,18	82,70	2,240
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
ПОЛДНИК						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
УЖИН						
Рис отварной	130	3,18	4,03	33,25	182,00	0,000
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
Баранки сдобные	50	4,15	4,00	30,20	174,00	0,000
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель


(подпись)

Бальхаева Р. К.
(расшифровка подписи)



МЕНЮ
 на 03.02.2021
 ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная	200	5,22	3,12	24,40	141,24	0,000
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
10:00						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	6,04	7,14	23,66	187,18	35,180
Макаронные изделия отварные	130	5,12	4,58	31,40	187,00	0,000
Бефстроганов из печени	80	16,05	5,14	14,45	169,33	30,896
Компот из свежих ягод брусники	200	0,10	0,08	21,18	82,70	2,240
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
ПОЛДНИК						
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
печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Груша	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,000
Рис отварной	130	3,18	4,03	33,25	182,00	0,000

Руководитель  Бальхаева Р.К.
 (подпись) (расшифровка подписи)

