

МЕНЮ

на 16.02.2021

АЛПЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
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	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
ЗАВТРАК 2						
яблоки	100	0,04	0,04	0,98	4,70	1,000
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	5,84	5,28	25,34	172,90	34,280
Жаркое по-домашнему	220	24,29	24,20	44,07	491,90	55,484
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						
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 гречневый	150	4,32	4,65	27,24	168,02	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
Котлеты мясные	70	15,37	31,58	3,28	400,06	1,050

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 16.02.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование Блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и Минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
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	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
ЗАВТРАК 2						
Снежок	150	4,05	3,75	16,20	118,50	1,350
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	5,84	5,28	25,34	172,90	34,280
Жаркое по-домашнему	220	24,29	24,20	44,07	491,90	55,484
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 с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
Яблоки	100	0,04	0,04	0,98	4,70	1,000
Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000

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

