

МЕНЮ

На 19.02.2021

АЛЛЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша ячневая	200	3,74	4,64	23,28	148,84	0,000
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
ЗАВТРАК 2						
Груша	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,500
ОБЕД						
Рассольник со сметаной	200	5,34	5,34	24,46	168,28	22,040
Гарнир рисовый	130	3,64	3,81	35,16	190,61	0,000
Углыш мясной	80	20,05	21,14	8,98	306,96	3,008
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
Зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
ПОЛДНИК						
Коржик	85	5,52	10,20	56,95	331,50	0,000
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
УЖИН						
Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,92	12,53	32,44	293,67	0,846
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	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
Шоколад	15	1,47	5,20	7,56	83,10	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р. К.

(расшифровка подписи)



МЕНЮ
на 19.02.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность			Витамины и минералы, мг	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Калорийность, ккал
ЗАВТРАК						
Каша ячневая	200	3,74	4,64	23,28	148,84	0,000
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
варенье	25	0,08	0,00	15,50	66,25	0,000
ЗАВТРАК 2						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
ОБЕД						
Рассольник со сметаной	200	5,34	5,34	24,46	168,28	22,040
Гарнир рисовый	130	3,64	3,81	35,16	190,61	0,000
Гуляш мясной	80	20,05	21,14	8,98	306,96	3,008
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
зеленый горошек	30	1,50	0,06	2,49	16,50	7,500
ПОЛДНИК						
Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,92	12,53	32,44	293,67	0,846
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
коржик	85	5,52	10,20	56,95	331,50	0,000
Груша	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,500
Шоколад	15	1,47	5,20	7,56	83,10	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

