

МЕНЮ

на 20.02.2021

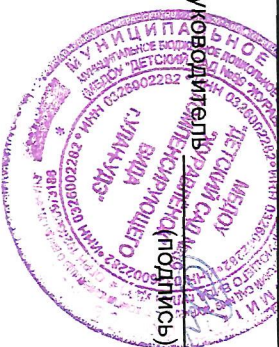
АЛПЕРГОГРУППА 12 ЧАСОВ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша гречневая	200	4,36	3,70	21,18	134,38	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
ЗАВТРАК 2						
яблоки	100	0,04	0,04	0,98	4,70	1,000
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	200	4,36	4,18	23,82	150,78	28,680
Манты с говядиной	140	33,46	26,70	36,15	521,74	2,296
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
икра кабачковая	25	0,00	1,75	1,75	22,50	0,000
Компот из свежих ягод клюквы	200	0,08	0,02	20,52	80,00	2,240
ПОЛДНИК						
кекс	80	4,96	10,88	27,52	220,96	0,000
Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,600
УЖИН						
Омлет натуральный	200	18,14	19,00	5,54	266,38	1,300
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
печенье	80	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000

Руководитель

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)



МЕНЮ
на 20.02.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша гречневая	200	4,36	3,70	21,18	134,38	0,000
Бутерброд с сыром	50	6,19	8,47	16,01	164,99	0,420
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
ЗАВТРАК 2						
Молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,70	60,00	1,300
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	200	4,36	4,18	23,82	150,78	28,680
Манты с говядиной	140	33,46	26,70	36,15	521,74	2,296
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
икра кабачковая	25	0,00	1,75	1,75	22,50	0,000
Компот из свежих ягод клюквы	200	0,08	0,02	20,52	80,00	2,240
ПОЛДНИК						
Яйца вареные	60	7,62	6,90	0,42	94,20	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
кекс	80	4,96	10,88	27,52	220,96	0,000
яблоки	100	0,04	0,04	0,98	4,70	1,000

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

