

МЕНЮ
на 03.03.2021
АЛЛЕРГОГРУППА

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
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
ЗАВТРАК 2						
Груша	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	5,60	5,00	23,96	163,90	40,280
Макаронные изделия отварные	130	5,12	4,58	31,40	187,00	0,000
Бефстроганов из печени	80	17,07	5,24	21,34	202,73	30,960
Компот из свежих ягод клюквы	200	0,08	0,02	20,52	80,00	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	3,63	3,76	35,05	189,63	0,000
Язык говяжий	80	12,80	9,68	1,76	138,40	0,000
Чай с молоком	200	1,60	1,42	1,96	29,02	0,200
Сухари сливочные	40	3,40	4,32	26,68	159,60	0,000
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель



(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 03.03.2021
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг С
		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
ЗАВТРАК 2						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	200	5,60	5,00	23,96	163,90	40,280
Макаронные изделия отварные	130	5,12	4,58	31,40	187,00	0,000
Бефстроганов из печени	80	17,07	5,24	21,34	202,73	30,960
Компот из свежих ягод клюквы	200	0,08	0,02	20,52	80,00	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						
Рис отварной	130	3,63	3,76	35,05	189,63	0,000
Язык говяжий	80	12,80	9,68	1,76	138,40	0,000
Чай с молоком	200	1,60	1,42	1,96	29,02	0,200
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000
Груша	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,500

Руководитель _____
(подпись)

Бальхаева Р.К.
(расшифровка подписи)

