

**МЕНЮ**  
на 18.03.2021  
АЛЛЕРГОГРУППА

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша кукурузная	200	3,30	3,18	24,64	139,38	0,000
Какао с молоком	200	1,44	1,56	16,96	84,94	0,000
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп с макаронными изделиями	200	5,56	5,18	17,36	180,12	20,760
Рагу овощное	150	7,05	8,01	36,21	248,04	123,255
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55	1,050
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Напиток из плодов шиповника	200	0,20	0,00	17,98	69,64	50,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
печенье	60	4,50	7,08	44,94	250,26	0,000
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
<b>УЖИН</b>						
Картофель отварной	150	5,04	4,62	40,81	225,52	49,995
Тефтели рыбные	80	14,86	6,48	8,64	152,45	2,232
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)

**МЕНЮ**  
на 18.03.2021  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша кукурузная	200	3,30	3,18	24,64	139,38	0,000
Какао с молоком	200	1,44	1,56	16,96	84,94	0,000
Бутерброды с маслом	35	2,29	4,50	15,48	111,66	0,000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп с макаронными изделиями	200	5,56	5,18	17,36	180,12	20,760
Рагу овощное	150	7,05	8,01	36,21	248,04	123,255
Котлеты мясные	70	19,27	18,19	3,28	252,55	1,050
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Напиток из плодов шиповника	200	0,20	0,00	17,98	69,64	50,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
Пюре картофельное	130	4,64	5,14	33,60	199,68	40,001
Тефтели рыбные	80	14,86	6,48	8,64	152,45	2,232
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000
Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,90	0,100
Конфеты шоколадные	25	0,24	0,90	4,34	25,39	0,000
апельсин	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)