

**МЕНЮ**  
на 23.03.2021  
АЛЛЕРГОГРУППА

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	2,74	3,62	7,20	113,32	0,520
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Груша	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп гороховый	200	9,26	5,96	29,90	210,68	22,640
Пюре картофельное	130	4,64	5,14	33,60	199,68	40,001
Гуляш мясной	80	20,05	21,14	8,98	306,96	3,008
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
чеснок	5	0,32	0,02	1,50	7,45	0,500
<b>ПОЛДНИК</b>						
Йогурт	200	5,80	5,00	22,00	156,00	0,000
Булочка домашняя	60	5,23	6,60	41,57	247,83	0,270
<b>УЖИН</b>						
Гарнир пшеничный с мясом	250	15,10	13,28	33,33	313,05	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
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,000

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)



**МЕНЮ**  
на 23.03.2021  
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>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	2,74	3,62	7,20	113,32	0,520
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Йогурт	150	4,35	3,75	16,50	117,00	0,000
<b>ОБЕД</b>						
Суп гороховый	200	9,26	5,96	29,90	210,68	22,640
Пюре картофельное	130	4,64	5,14	33,60	199,68	40,001
Гуляш мясной	80	20,05	21,14	8,98	306,96	3,008
Компот из свежих плодов яблок	200	0,10	0,10	17,42	68,60	2,500
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,80	0,000
Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,000
чеснок	5	0,32	0,02	1,50	7,45	0,500
<b>ПОЛДНИК</b>						
Пирожки печеные с печенью и рисом	100	11,68	4,32	48,99	284,39	10,200
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0,000
Груша	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,000



Руководитель

*Р.К. Бальхаева*  
(подпись)

Бальхаева Р.К.

(расшифровка подписи)