

# МЕНЮ

30.09.2022 пятница

Кухня

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>365</b>	<b>13,05</b>	<b>20,82</b>	<b>31,62</b>	<b>0,60</b>	
Кофейный напиток с молоком	64	1,94	2,09	9,44	0,35	177,5
булочка городская	91	2,38	1,66	16,75		31,3
Масло (порциями)	34	0,04	3,78	0,07		5,2
Сметана	82	1,15	8,10	1,28	0,18	13,5
Вареники ленивые из творога	93	7,54	5,20	4,07	0,08	87
<b>Обед</b>	<b>1 117</b>	<b>30,63</b>	<b>39,69</b>	<b>159,00</b>	<b>59,22</b>	
Хлеб пшеничный	35	1,54	0,27	6,46		19,2
Жаркое по-домашнему	344	19,46	20,90	19,51	11,15	147,8
Компот из смеси сухофруктов	342			85,56		192,9
Хлеб ржаной	72	2,71	0,49	14,01		41,1
Щи из свежей капусты с картофелем	324	6,93	18,03	33,45	48,07	197,9
<b>Полдник</b>	<b>190</b>	<b>6,62</b>	<b>5,53</b>	<b>28,31</b>	<b>0,60</b>	
Хлеб пшеничный	35	1,54	0,27	6,46		19,2
Суп молочный вермишелевый	126	5,05	5,25	14,62	0,58	179
Чай с сахаром	29	0,04	0,01	7,23	0,02	196,1
<b>Соль на день</b>						
Соль						3,4
<b>Итого за день:</b>	<b>1 672</b>	<b>50,31</b>	<b>66,04</b>	<b>218,93</b>	<b>60,43</b>	

Составитель заведующая хозяйством

(должность)

*(Handwritten signature)*

(подпись)

Гайсина С.В.

(ФИО)

повар

(должность)

*(Handwritten signature)*

(подпись)

Гюльзадян Г.К.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)