



ООО "ПРЕСТИЖ"

Подразделение: Перспективное меню 1-я ступень детский сад № 103
 ДЕНЬ 4

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	155	5	5	23
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8	0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	60	1	1	11
2-ОЙ ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	46	0	0	12
ОБЕД	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	21	0	2	1
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/10	91	1	5	10
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	74	7	3	6
	РИС ОТВАРНОЙ	110	167	3	4	29
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	67	0	0	16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	23	1	0	5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	77	3	1	15
ПОЛДНИК	МАННИК	50	108	3	3	16
УЖИН	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР)	150	155	11	6	15
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140/40	314	29	6	35
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	180	94	0	0	23
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94	3	0	20

Зав.производством _____

Калькулятор _____