

Гилёва Н.П./

ДИРЕКТОР **Гуцу А.Э.**

М.п.

М.п.



День 10

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ ДЕТСКИЙ САД № 103**

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<b>ЗАВТРАК</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	139/21	4,96	5,96	17,02	141,56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	79/21	0,05	8,25	0,08	74,77
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	460/21	1,45	1,25	12,38	66,57
<b>Итого по подменю:</b>	<b>400</b>		<b>7,98</b>	<b>15,62</b>	<b>39,32</b>	<b>329,78</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	501/21	0,00	0,00	11,50	46,00
<b>Итого по подменю:</b>	<b>100</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,50</b>	<b>46,00</b>
<b>ОБЕД</b>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	148/21	0,35	0,05	0,95	5,65
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	118/21	1,80	4,15	9,14	81,07
СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	303/21	10,48	5,04	2,30	96,51
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (130)	130	377/21	2,72	5,19	18,18	130,26
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	487/21	0,29	0,19	13,71	57,74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	574/21	3,90	0,70	18,65	96,50
<b>Итого по подменю:</b>	<b>680</b>		<b>21,06</b>	<b>15,48</b>	<b>72,77</b>	<b>514,61</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30	583/21	2,55	3,39	20,91	124,35
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) (180)	180	470/21	12,60	7,20	17,82	186,48
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (180)	180	82/21	0,72	0,72	17,64	79,92
<b>Итого по подменю:</b>	<b>390</b>		<b>15,87</b>	<b>11,31</b>	<b>56,37</b>	<b>390,75</b>
<b>УЖИН</b>						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	333/21	20,99	23,11	10,24	332,48
СОУС ТОМАТНЫЙ	20	419/21	0,17	0,74	1,34	12,69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	573/21	3,80	0,40	24,60	117,20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200	495/21	0,44	0,02	21,78	89,06
<b>Итого по подменю:</b>	<b>450</b>		<b>25,4</b>	<b>24,27</b>	<b>57,96</b>	<b>551,43</b>

Зав. производ.

Калькулятор