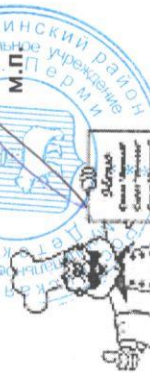


"СОГЛАСОВАНО"

Заведующая ДЕТСКИЙ САД № 103

Дилёва Н.Л./



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "ПРЕСТИЖ"

ДИРЕКТОР

Гуту А.Э./

М.П.



День 3

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ ДЕТСКИЙ САД № 103

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б.г	Ж,г	У,г	К,ккал
<b>ЗАВТРАК</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	236/21	4,31	5,71	27,04	176,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	75/21	2,56	2,61	0,00	33,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	465/21	2,90	2,50	14,78	93,22
<b>Итого по подменю:</b>	<b>400</b>		<b>11,29</b>	<b>10,98</b>	<b>51,66</b>	<b>350,62</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>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	2/21	0,64	2,58	3,00	37,74
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	170	131/21	3,45	4,60	15,98	119,08
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (10)	10	143/21	0,08	0,01	0,49	2,34
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	339/21	12,53	12,42	10,72	204,81
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	202/2021	7,51	6,09	33,96	220,63
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	488/21	0,45	0,20	15,11	64,09
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>30,08</b>	<b>26,76</b>	<b>107,75</b>	<b>792,07</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	531/21	9,87	3,92	25,71	177,62
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) (200)	200	470/21	5,20	5,00	24,40	163,40
<b>Итого по подменю:</b>	<b>260</b>		<b>15,07</b>	<b>8,92</b>	<b>50,11</b>	<b>341,02</b>
<b>УЖИН</b>						
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	200	175/21	2,87	5,56	13,36	114,94
ЧАЙ С САХАРОМ	200	457/21	0,00	0,00	9,98	39,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	573/21	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого по подменю:</b>	<b>450</b>		<b>6,67</b>	<b>5,96</b>	<b>47,94</b>	<b>272,06</b>

Зав. производ.

Калькулятор