

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующая ДЕТСКИЙ САД № 103

Гилёва Н.Л./

М.П.



ООО "ПРЕСТИЖ"

ДИРЕКТОР

Гуцу А.Э./

М.П.

День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 1-Я СТУПЕНЬ ДЕТСКИЙ САД № 103

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б.г	Ж.г	У.г	К,ккал
ЗАВТРАК						
САША "ДРУЖБА"	140	229/21	3,62	4,81	19,20	134,48
КЛЕБ 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
САКАО С МОЛОКОМ	180	462/21	3,13	2,57	13,52	89,79
Итого по подменю:	350		10,83	10,15	42,56	304,88
2-ОЙ ЗАВТРАК						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	501/21	0,00	0,00	11,50	46,00
Итого по подменю:	100		0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	26/21	0,43	1,83	2,53	28,31
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	116/21	1,09	3,15	6,46	58,57
СМЕТАНА (ПОРЦ)	10	433/21	0,26	1,50	0,36	15,98
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	334/21	18,68	18,39	20,10	320,63
СОУС ТОМАТНЫЙ	20	419/21	0,26	0,84	1,64	15,12
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	496/21	0,51	0,21	14,73	62,85
КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМ	10	573/21	0,76	0,08	4,92	23,44
КЛЕБ РЖАНОЙ	40	574/21	3,12	0,56	14,92	77,20
Итого по подменю:	560		25,11	26,56	65,66	602,10
ПОЛДНИК						
ТЕЧЕНЬЕ (ПОРЦ.)	30	582/21	2,55	3,39	20,91	124,35
МОЛОКО КИпяЧЕННОЕ (100)	100	469/21	2,90	2,50	4,80	53,30
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	82/21	0,36	0,36	8,82	39,96
Итого по подменю:	220		5,81	6,25	34,53	217,61
УЖИН						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	21/21	0,47	2,43	2,81	35,02
ЭМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	268/21	13,40	23,98	3,39	283,02
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	459/21	0,06	0,01	9,18	37,00
КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	40	573/21	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого по подменю:	400		16,97	26,74	35,06	448,8

Зав.производ.

Калькулятор