

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующая ДЕТСКИЙ САД № 103

Гилёва Н.Л./



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "ПРЕСТИЖ"

ДИРЕКТОР



День 6

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ ДЕТСКИЙ САД № 103

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
ЗАВТРАК						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	232/21	6,07	5,77	30,71	199,08
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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	465/21	2,90	2,50	14,78	93,22
Итого по подменю:	400		10,54	16,68	55,41	413,95
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						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	148/21	0,35	0,05	0,95	5,65
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	180	129/21	1,93	3,87	13,25	95,53
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	308/21	9,24	3,01	4,16	80,60
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (130)	130	377/21	2,70	5,78	18,15	135,38
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	486/21	0,07	0,07	10,75	43,92
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
Итого по подменю:	680		19,71	13,64	75,75	504,46
ПОЛДНИК						
СУХАРИ	30	579/21	0,13	0,16	1,00	5,97
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) (200)	200	470/21	5,20	5,00	24,40	163,40
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (180)	180	82/21	0,72	0,72	17,64	79,92
Итого по подменю:	410		6,05	5,88	43,04	249,29
УЖИН						
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200	375/21	14,88	20,06	34,50	378,04
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
Итого по подменю:	450		18,68	20,46	69,08	535,16

Зав.производ.

Калькулятор