

Заведующая ДЕТСКИЙ САД № 103

ООО "ПРЕСТИЖ"

/Гилёва Н.Л./

ДИРЕКТОР

М.п.

М.п.

День 8

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ ДЕТСКИЙ САД № 103

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
ЗАВТРАК						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	170	234/21	5,99	7,33	24,48	187,81
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
КАКАО С МОЛОКОМ	200	462/21	3,48	2,86	15,02	99,77
Итого по подменю:	400		11,04	18,60	49,42	409,23
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
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	100/21	1,84	3,91	14,51	100,55
СМЕТАНА (ПОРЦ)	10	433/21	0,26	1,50	0,36	15,98
СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	368/21	9,83	15,57	1,87	186,92
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (130)	130	175/21	1,87	3,61	8,68	74,71
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
Итого по подменю:	690		20,02	25,70	69,97	591,28
ПОЛДНИК						
ТИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА	50	535/21	3,70	4,55	19,29	132,95
МОЛОКО КИПАЯЧЕННОЕ	200	469/21	5,80	5,00	9,60	106,60
Итого по подменю:	250		9,50	9,55	28,89	239,55
УЖИН						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	21/21	0,79	4,05	4,63	58,14
ЭМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	268/21	13,40	23,98	3,39	283,02
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	459/21	0,07	0,01	10,20	41,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	573/21	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого по подменю:	450		18,06	28,44	42,82	499,47

Зав. производ.

Калькулятор

