

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующая ДЕТСКИЙ САД № 103

Г. Гилёва Н.П./

"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "ПРЕСТИЖ"

ДИРЕКТОР



День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 1-Я СТУПЕНЬ ДЕТСКИЙ САД № 103

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
ЗАВТРАК						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	232/21	5,00	4,75	25,29	163,95
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	180	462/21	3,13	2,57	13,52	89,79
Итого по подменю:	350		9,70	15,73	48,73	375,39
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 СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	14/21	0,20	1,83	0,54	19,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	113/21	3,85	2,40	13,78	92,14
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	355/21	27,19	11,77	26,50	320,65
СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1В)	50	403/21	1,73	3,35	4,67	55,70
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150	487/21	0,24	0,16	11,42	48,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМ	10	573/21	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	574/21	3,12	0,56	14,92	77,20
Итого по подменю:	580		37,09	20,15	76,75	636,65
ПОЛДНИК						
ПРЯНИК	30	581/21	1,17	9,18	18,75	162,30
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		4,43	12,04	32,37	255,56
УЖИН						
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180	376/21	18,25	18,24	17,24	306,16
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ (180)	180	491/21	0,18	0,07	14,79	60,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	40	573/21	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого по подменю:	400		21,47	18,63	51,71	460,44

Зав. производ.

Калькулятор