



"Согласовано"

Сидорова И.И.

ООО "ПРЕСТИЖ"

Подразделение: Перспективное меню 2-я ступень детский сад № 103
ДЕНЬ 4

"Утверждаю"

Сидорова И.И.



Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	189	6	6	28
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8	0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	67	1	1	12
2-ОЙ ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	46	0	0	12
ОБЕД	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	36	0	3	2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/10	106	2	6	12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	104	10	4	8
	РИС ОТВАРНОЙ	130	197	3	5	34
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	80	0	0	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47	2	0	10
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	97	4	1	19
	МАННИК	70	151	4	5	23
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	207	14	8	20
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	150	284	31	4	30
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50	62	1	3	8
УЖИН	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	104	0	0	26
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117	4	0	25

Зав.производством _____

Калькулятор _____

Сидорова И.И.