



**ООО "ПРЕСТИЖ"**

**Подразделение: Перспективное меню 1-я ступень детский сад № 103**  
**ДЕНЬ 9**

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	168	5	5	25
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	34	3	3	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	84	3	2	13
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	46	0	0	12
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	2	0	0	0
<b>ОБЕД</b>	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/10	78	1	5	7
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	50	142	6	8	11
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	159	4	4	26
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	63	1	0	15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	23	1	0	5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	77	3	1	15
	ПРЯНИК	30	162	1	9	19
<b>ПОЛДНИК</b>	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	100	155	11	6	15
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	40	0	0	9
	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	130	282	13	6	44
<b>УЖИН</b>	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30	37	1	2	5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	36			9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94	3	0	20

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_