



"Согласовано" *Суббота С.С.*



"Утверждаю" *Суббота*

**ООО "ПРЕСТИЖ"**

Подразделение: Перспективное меню 2-я ступень детский сад № 103  
**ДЕНЬ 7**

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	200	8	7	28
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	34	3	3	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	73	1	1	11
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	46	0	0	12
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	25	2	0	4
<b>ОБЕД</b>	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10	61	1	6	2
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	205	13	12	11
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	195	13	1	32
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	80	0	0	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47	2	0	10
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	97	4	1	19
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	276	5	10	42
<b>ПОЛДНИК</b>	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР)	180	186	13	7	18
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	304	33	9	23
	СОУС ИЗ КУРАГИ (2-Й ВАРИАНТ)	50	38	0	0	9
<b>УЖИН</b>	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	64	0	0	15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117	4	0	25

Зав.производством *Суббота*

Калькулятор *Суббота*