



ООО "ПРЕСТИЖ"

Подразделение: Перспективное меню 2-я ступень детский сад № 103  
**ДЕНЬ 1**

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	180	5	6	26
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	34	3	3	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	67	1	1	12
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	46	0	0	12
<b>ОБЕД</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	49	1	3	5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	80	2	3	12
	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	206	11	17	3
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	188	5	5	31
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	80	0	0	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47	2	0	10
<b>ПОЛДНИК</b>	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	97	4	1	19
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	217	4	4	42
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР)	200	207	14	8	20
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	70	84	11	2	6
<b>УЖИН</b>	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150	227	3	14	23
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	49	0	0	12
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117	4	0	25

Зав.производством \_\_\_\_\_ /Язева Н.А.  
 Калькулятор \_\_\_\_\_