



**ООО "ПРЕСТИЖ"**

Подразделение: Перспективное меню 2-я ступень детский сад № 103  
**ДЕНЬ 3**

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	177	4	6	27
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	34	3	3	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	93	3	3	15
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	46	0	0	12
<b>ОБЕД</b>	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	49	1	3	4
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	170/10	121	3	5	16
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	205	13	12	11
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	221	8	6	34
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	64	0	0	15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	47	2	0	10
<b>ПОЛДНИК</b>	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	97	4	1	19
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	178	10	4	26
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	207	14	8	20
<b>УЖИН</b>	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	200	115	3	6	13
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	40	0	0	10
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117	4	0	25

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ / Язева Н.А.