

"Утверждаю"



ООО "Престиж"
Инн 580119898
Росси

Директор

«Престиж» Гуту А.Э./

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД №103 1 корпус

Заведующая

Гилёва Н.Л./

Меню на 12.07.2021 года (День)

2-я ступень (3-7 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe

ЗАВТРАК

226/18	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,19	6,27	7,08	31,86	216,28	0,09	0,18	1,38	41,20	134,71	123,08	20,38	0,44
62/18	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	0,98	5,36	4,08	9,84	97,48	0,03	0,06	0,11	34,50	139,00	101,50	10,30	0,36
507/13	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,24	1,45	1,25	17,37	86,53	0,02	0,08	0,65	10,00	60,48	45,02	7,02	0,10
Итого по подменю:			5,41	13,08	12,41	59,07	400,29	0,14	0,32	2,14	85,70	334,19	269,60	37,70	0,90

Итого по подменю:

2-ОЙ ЗАВТРАК

498/18	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

Итого по подменю:

ОБЕД

26/18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,56	1,04	3,65	5,64	59,61	0,01	0,03	5,13		25,92	29,45	14,98	0,98
144/13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ	200	1,74	4,59	3,85	17,42	122,72	0,21	0,08	11,80	16,00	25,98	76,54	29,86	1,70
364/18	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70/40	0,29	18,30	24,41	2,95	304,73	0,08	0,17	4,18	102,62	26,51	175,54	22,74	1,76
255/18	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,12	4,89	5,44	31,21	193,38	0,08	0,02		23,60	9,81	40,22	7,07	0,72
489/18	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ (180)	180	1,10	0,27	0,11	15,44	63,83	0,01	0,01	54,00		10,13	8,91	8,37	0,39
114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
Итого по подменю:			9,66	34,51	38,32	101,15	887,65	0,47	0,34	75,11	142,22	113,85	396,66	98,32	7,32

Итого по подменю:

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
																ккал
535/18	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	60	3,12	4,34	5,09	26,84	170,49	0,07	0,05	0,04	32,85	18,46	45,40	7,15	0,53	
486/18	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	1,68	0,50	0,23	16,80	71,23	0,03	0,02	27,39		19,63	13,14	8,46	0,96	
Итого по подменю:				4,80	4,84	5,32	43,64	241,72	0,10	0,07	27,43	32,85	38,09	58,54	15,61	1,49

УЖИН

145/18	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦ)(ОГУРЦЫ)	60	0,11	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30	
302/18	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	0,23	10,50	4,98	2,31	96,02	0,08	0,15	0,53	52,46	53,46	167,55	32,79	0,76	
150/18	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150	2,42	2,99	6,45	24,15	166,60	0,18	0,11	29,56	28,40	16,48	87,85	33,99	1,34	
459/18	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	200	1,02	0,06	0,01	15,18	61,04			2,80		3,28	1,56	0,86	0,09	
114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.(30)	30	1,48	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01	*		6,00	19,50	4,20	0,33	
Итого по подменю:				5,26	16,25	11,74	57,54	400,76	0,31	0,28	37,09	80,86	89,42	294,46	80,24	2,82

Зав. производ. _____ //

Калькулятор

