

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

_____Полупан

МЕНЮ

На

САД дети дошкольного возраста от 3х до 7 лет с 12ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
ЗАВТРАК				
Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	32,78
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00
Чай с лимоном193/7	200	0,26	0,00	11,22
	410	6,64	11,07	55,00
ЗАВТРАК 2				
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20
	200	1,00	0,00	2,20
ОБЕД				
Свекольник (с мясом, сметана)164/18/18	200	4,88	5,68	11,02
Котлеты рыбные любительские	80	11,15	2,58	15,23
Рис отварной	130	1,43	2,47	12,74
Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06
Компот из сушеных фруктов+вит.С	200	0,08	0,00	14,60
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
	740	23,58	19,39	86,35
ПОЛДНИК				
коржик молочный	70	4,69	4,83	25,20
Снежок сладкий	180	6,00	5,00	10,40
	250	10,69	9,83	35,60
УЖИН				
Голубцы овощные с соусом молочным	180	1,89	4,68	21,42
кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52
Бутерброд с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
	460	9,38	11,84	75,87
итога по меню	2080	51,29	52,13	273,02