

**МЕНЮ**

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		40	1,71	3,05	21,60	119,00
ДЖЕМ	15	15	0,09	0,02	10,61	41,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,60	0,62	10,97	55,91
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	6,21	7,45	28,45	206,18
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	31,5	31,19	3,48	0,40	20,54	99,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,6	58,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96	96	2,70	2,33	4,47	50,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0,03	4,72	0,05	42,81
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,95	2,31	11,64	79,68
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,27	0,00	1,41	6,70
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95	95	2,68	2,31	4,42	49,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,87	12,81	61,69	404,86
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,05	1,25	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	4,20	4,03	11,30	98,21
КАРТОФЕЛЬ	62,33	37,4	0,73	0,15	5,92	27,94
МОРКОВЬ	10,27	7,7	0,10	0,01	0,51	2,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,64	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,1	6,1	0,64	0,08	4,13	19,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,7	9,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	15	13,5	2,43	2,10	0,00	28,55

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,001	0,001	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,97	5,54	19,57	140,57
КАРТОФЕЛЬ	176,5	105,9	2,06	0,41	16,74	79,09
МОРКОВЬ	38,53	28,9	0,37	0,03	1,93	9,82
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,3	18,3	0,51	0,45	0,85	9,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		70	11,30	5,62	2,02	103,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,19	0,17	0,33	3,67
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	79,44	57,2	8,88	0,33	0,00	38,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		180	0,54	0,00	29,70	122,40
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180	0,54	0,00	29,70	122,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,63	1,05	18,03	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,63	1,02	17,99	91,70
			24,08	16,53	94,59	624,78
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		130	13,01	12,03	21,78	132,66
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	96	69,12	12,54	10,80	0,00	147,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,11	0,02	0,60	3,01
КРУПА РИСОВАЯ	35,35	35	2,38	0,34	25,12	113,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		65	3,03	7,80	31,50	180,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	41,6	41,6	4,36	0,52	28,21	134,77
САХАР ПЕСОК	2,99	2,99	0,00	0,00	2,89	11,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,49	4,49	0,02	3,59	0,04	32,58
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,11	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,11	0,02	0,02	0,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	32,5	26	0,46	0,03	1,18	7,06
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,29	0,01	0,00	0,02	0,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,43	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,78	2,23	10,51	73,82
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,02	0,12	6,36	30,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ГРУША		80	0,30	0,20	8,20	37,60
ГРУША	88,89	80	0,32	0,24	8,24	37,60
			20,14	22,38	78,35	454,68
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,59	54,85	240,27	1 554,96