

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	4,52	9,20	13,33	92,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	22	20	4,64	5,90	0,00	72,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		180	4,45	7,12	24,51	180,08
КРУПА РИСОВАЯ	26	25,74	1,75	0,25	18,48	83,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,5	63,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95	95	2,68	2,31	4,42	49,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,1	3,1	0,00	0,00	3,00	12,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	2,80	2,20	12,70	82,10
КАКАО-ПОРОШОК	2,7	2,7	0,63	0,40	0,27	7,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,2	103,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
			11,77	18,52	50,54	354,18
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						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,41	5,63	3,74	68,08
МОРКОВЬ	34,75	26,06	0,33	0,03	1,75	8,85
ЯБЛОКИ	23,75	20,9	0,08	0,08	1,99	9,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/10	4,00	5,20	7,40	97,40
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,70	0,04	1,82	10,86
КАРТОФЕЛЬ	40	24	0,47	0,10	3,79	17,93
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	15	13,5	2,43	2,10	0,00	28,55
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150/5	5,64	4,67	35,94	208,41

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		60/30	16,04	7,67	2,54	166,41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,21	1,25	0,29	17,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	95,48	88,8	15,42	3,19	0,00	109,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,12	0,00	0,45	2,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,30	0,07	18,36	75,77
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6	0,30	0,07	8,68	37,07
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,00	0,24	12,80	62,00
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
			31,02	24,53	98,81	769,77
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		70	9,40	5,30	6,00	108,40
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	49,46	47,6	7,39	0,28	0,00	31,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,4	7,4	0,54	0,20	3,69	18,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,2	11,2	0,31	0,27	0,52	5,87
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,6	10,6	0,30	0,26	0,49	5,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,50	4,25	16,17	110,35
КАРТОФЕЛЬ	170,83	102,5	1,99	0,40	16,21	76,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	0,51	0,45	0,85	9,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,71	0,29	21,74	105,94
ШИПОВНИК СУХОЙ	21,6	21,6	0,71	0,29	10,12	59,50
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	216	216	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		70	5,77	3,68	25,05	155,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	41,02	41,02	4,30	0,51	27,81	132,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,24	2,24	0,23	0,03	1,52	7,26
САХАР ПЕСОК	5,88	5,88	0,00	0,00	5,69	22,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,04	12,04	0,34	0,29	0,56	6,31
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	18,58	18,58	3,24	1,62	0,54	30,46
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,10	0,02	0,02	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,33	0,16	8,53	41,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ЯБЛОКО		80	0,32	0,32	7,84	37,60
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,32	0,32	7,84	37,60
			20,03	14,00	85,33	559,38
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,32	60,18	240,32	1 753,97