

**МЕНЮ**

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,48	2,24	0,14	30,65
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		200	6,18	6,92	28,79	202,77
ПШЕНО	30	29,7	3,32	0,78	20,28	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,3	64,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101	101	2,84	2,45	4,70	52,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,77	2,18	12,71	82,13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН		25	1,86	0,71	12,86	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			13,29	12,05	54,50	381,05
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						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,55	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	5,95	2,52	24,68	145,49
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,08	16	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	13,31	9,98	0,13	0,01	0,67	3,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,16	0,45	7,97	40,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ		80	10,36	11,07	2,88	152,71
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60,3	43,4	7,88	6,78	0,00	92,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,34 шт.	13,69	1,69	1,52	0,10	20,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,8	16,8	0,48	0,41	0,79	8,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,9	2,9	0,30	0,04	1,97	9,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,3	3,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		150	3,39	5,67	14,79	124,63
МОРКОВЬ	44	33	0,42	0,03	2,21	11,20
КАРТОФЕЛЬ	51,67	31	0,60	0,12	4,90	23,15
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	23	15	0,46	0,03	0,95	5,82
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,25	33	0,57	0,03	1,50	8,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ ВИТАМИН.	6	6	0,60	0,05	4,02	18,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,01	0,00	23,41	93,65
КУРАГА	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	14	14	0,00	0,00	13,55	54,18
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	13	13	0,01	0,00	9,86	39,47
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	198	198	0,00	0,00	0,00	0,00
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	18,06	92,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,63	1,02	17,99	91,70
			24,93	20,65	98,44	682,08
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕНый		50	0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНые	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,44	4,90	15,89	117,99
КАРТОФЕЛЬ	142,2	85,32	1,66	0,33	13,49	63,73
МОРКОВЬ	32,2	24,15	0,30	0,02	1,62	8,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,9	15,9	0,45	0,39	0,74	8,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2	0,03	4,16	0,04	37,73
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		70	9,76	3,89	5,29	94,91
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56	52,5	8,15	0,31	0,00	35,14
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,5	10,5	0,77	0,29	5,24	26,68
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	6,84	0,84	0,77	0,05	10,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0,00	2,52	0,00	22,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	2,27	0,27	14,13	68,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		35	2,60	1,00	18,00	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,63	1,02	17,99	91,70
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,96	0,24	17,80	78,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,90	0,18	18,18	77,40
БАНАН СВЕЖИЙ		80	1,20	0,40	16,80	76,80
БАНАН	114,29	80	1,20	0,40	16,80	76,80
			19,61	10,70	88,79	533,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,33	46,53	247,37	1 667,67