

МЕНЮ**Сад 12 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,91	4,86	12,89	102,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	6,55	8,11	26,59	206,16
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,8	29,8	3,56	1,79	17,87	101,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,3	68,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105,4	105,4	2,97	2,56	4,91	55,21
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	4,7	4,7	0,02	3,76	0,04	34,11
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
			11,24	15,20	49,99	382,88
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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	5,24	3,71	17,59	124,95
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,07	0,13	6,84	32,79
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	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	21	15,12	2,75	2,36	0,00	32,26
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
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		200	26,00	8,73	22,43	299,71
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	136,3	126,5	21,96	4,54	0,00	155,84
КРУПА РИСОВАЯ	25,8	25,5	1,74	0,25	18,30	82,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	60,3	50,5	0,69	0,10	4,02	20,09

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,47	1,29	1,16	0,07	15,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ		180	0,96	0,24	17,80	78,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	180	0,90	0,00	22,86	99,00
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	18,03	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,63	1,02	17,99	91,70
			37,27	14,02	89,82	662,56
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,45	0,00	0,15	31,46
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,1	2,47	2,24	0,14	30,61
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)		150	2,69	7,83	14,27	139,22
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	36	27	0,34	0,03	1,80	9,17
ТЫКВА СВЕЖАЯ	25,7	18	0,17	0,02	0,77	4,02
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	28,8	15	0,37	0,05	0,61	4,37
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,7	30	0,41	0,06	2,39	11,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
МОРКОВЬ	3,47	2,6	0,03	0,00	0,17	0,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,1	0,9	0,01	0,00	0,07	0,36
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0,00	0,00	0,87	3,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,13	0,01	13,97	58,93
ЛИМОН	24	14,4	0,13	0,01	0,42	4,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	14	14	0,00	0,00	13,55	54,18
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		70	6,75	2,27	39,29	204,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	53,9	53,9	5,65	0,68	36,55	174,63
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ДРОЖЖИ	0,67	0,67	0,09	0,01	0,01	0,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28	28	0,79	0,68	1,30	14,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,87	0,00	7,85
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
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	130	100	0,80	0,20	7,50	38,00
			14,15	10,47	83,71	513,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,16	42,82	229,16	1 629,47