



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	160		4,21	2,88	17,56	113,73
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	16,2	16	1,78	0,20	10,53	51,06
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	86,4	86,4	2,43	2,68	3,94	50,28
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,6	57,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0,00	0,00	3,09	12,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150		1,56	2,31	16,25	92,02
*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
*МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	28	28	1,36	2,31	15,21	87,05
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,10	8,30	0,10	75,00
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН	30		2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
			8,27	13,79	48,64	352,15
II Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ	150		4,35	3,75	6,00	79,50
*Снежок 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,35	3,75	6,00	79,50
			5,85	5,71	20,88	162,90
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	160/10/5		3,50	5,19	7,92	92,89
*СВЕКЛА	34,13	25,6	0,37	0,03	2,18	10,43
*КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	16	12,8	0,22	0,01	0,58	3,47
*КАРТОФЕЛЬ	21,33	12,8	0,25	0,05	2,03	9,56
*МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,6	6,4	0,09	0,01	0,50	2,54
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,8	4,8	0,16	0,00	0,55	3,07
*МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	128	128	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	17,033	12,77	2,31	1,98	0,00	27,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		4,69	4,02	26,74	162,62
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44	44	4,69	0,55	30,09	144,26
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50	7,57	7,05	1,26	98,68
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,13	0,76	0,17	8,07
*МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	44,9	40,4	7,28	6,27	0,00	85,43
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,45	0,08	23,78	98,28
*СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
*ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
			18,20	16,60	72,42	513,66
Уплотненный полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		150	2,59	8,12	26,60	189,93
*МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,11	0,02	0,64	3,18
*МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
*ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,00	0,00	0,31	1,22
*КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,38	0,34	25,12	113,05
*КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,17	0,08	12,38	49,53
*ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,8	45,8	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,4	12,4	0,00	0,00	12,01	48,00
БАТОН		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
			5,16	8,50	53,71	310,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,48	44,60	195,65	1 339,57