



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ		180	5,35	3,63	23,89	150,40
ПШЕНО						
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23,6	23,4	2,61	0,61	15,98	79,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,2	97,2	2,74	3,02	4,43	56,57
САХАР ПЕСОК	64,8	64,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		180	2,77	2,96	18,45	112,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	95,4	95,4	2,69	2,96	4,35	55,52
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	14,4	14,4	0,00	0,00	13,94	55,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ		10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН ПРОСТОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ		45	3,60	0,45	22,10	107,10
	45	45	3,60	0,45	22,10	107,10
			11,77	15,29	64,52	444,52
II Завтрак						
ГРУША		100	0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША						
	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			0,40	0,30	10,30	47,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		200	5,12	3,60	14,88	112,80
КАРТОФЕЛЬ						
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	16	3,57	0,25	7,47	46,40
МОРКОВЬ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ КРУГЛ.		150	3,69	5,19	39,34	219,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,42	51,9	3,52	0,50	37,26	167,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	109,6	109,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ		70	11,54	16,24	11,03	236,49
БАТОН ПРОСТОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	51,8	51,8	9,15	9,24	0,00	119,58
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,98	0,13	6,00	29,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	18,2	18,2	0,51	0,56	0,83	10,59
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0,00	4,07	0,00	36,63
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		20	0,22	0,04	0,76	4,82
ПОМИДОРЫ ГРУНТОВЫЕ	21,1	20,1	0,22	0,04	0,76	4,82
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,54	0,09	28,53	117,91
СУХОФРУКТЫ КОМПОТНАЯ СМЕСЬ	18	18	0,16	0,00	2,16	9,60
САХАР ПЕСОК	21,6	21,6	0,00	0,00	20,91	83,59
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНОЙ ДАРНИЦКИЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			24,42	25,60	115,74	793,22
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	20,56	14,24	25,33	315,69
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	106,2	106,2	18,55	9,27	3,09	174,10
КРУПА МАННАЯ	6,9	6,9	0,69	0,07	4,72	22,02
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0,00	0,00	8,90	35,61
ЯЙЦО КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,6	0,56	0,51	0,03	7,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,59	0,00	2,75	13,33
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,12	0,67	0,16	7,14
ЯБЛОКИ	8,6	7,5	0,03	0,03	0,72	3,42
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0,00	0,00	4,16	16,65
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1	1	0,00	0,00	0,76	3,04
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,8	26,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ДЖЕМ		30	0,00	0,00	8,25	33,00
ДЖЕМ	15,2	15	0,00	0,00	8,25	33,00
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		180	0,17	0,00	25,72	103,86
С/М КОМПОТНАЯ СМЕСЬ	18	18	0,16	0,00	2,16	9,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,1	8,1	0,01	0,00	6,14	24,59
БАТОН		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН ПРОСТОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
			23,13	14,54	74,03	523,95
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,72	55,73	264,59	1 808,69