



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		150	3,61	2,70	20,60	121,74
*КРУПА РИСОВАЯ	19,7	19,5	1,33	0,19	14,00	62,99
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81	81	2,28	2,51	3,70	47,14
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,18	1,88	18,60	100,50
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0,71	0,44	0,30	8,41
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	2,33	3,42	43,65
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,5	82,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,05	8,25	0,08	74,80
*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
			8,24	13,13	54,01	368,44
II Завтрак						
КЕФИР		150	4,50	0,15	6,00	46,50
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	155,3	150	4,35	3,75	6,00	79,50
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
			6,00	2,11	20,88	129,90
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		160/10/1	3,94	3,97	12,91	103,49
*КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6,4	6,4	0,68	0,08	4,37	20,98
*МОРКОВЬ	8,53	6,4	0,08	0,01	0,43	2,17
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,7	6,4	0,09	0,01	0,50	2,54
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,6	121,6	0,00	0,00	0,00	0,00
*ЗЕЛЕНЬ ПЕТРУШКИ СУШЕНАЯ	1,005	1,005	0,00	0,00	0,00	0,00
*КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	12,2	12,2	2,15	2,17	0,00	28,17
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,31	4,00	15,67	108,18
*КАРТОФЕЛЬ	156,83	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,47	0,51	0,76	9,60
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ИЗ ТРЕСКИ		60	8,28	3,25	5,95	86,01

РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	62,5	45	6,98	0,26	0,00	30,12
БАТОН ПРОСТОЙ	11	11	0,85	0,11	5,24	25,39
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,47	0,69	8,73
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		20	0,16	0,02	0,50	2,79
*ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	21,4	19,9	0,16	0,02	0,50	2,79
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	13,81	68,41
*ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			17,17	11,70	61,56	430,07
Уплотненный полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		130	12,11	10,88	17,69	217,81
*КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	97,5	78	1,36	0,08	3,56	21,18
ГОВЯДИНА Б/К	54,2	48,7	8,79	7,56	0,00	102,98
*КРУПА РИСОВАЯ	18,6	18,4	1,25	0,17	13,21	59,43
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,9	10,8	0,15	0,02	0,86	4,30
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
*ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,4	0,54	0,49	0,03	6,70
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	46,4	46,4	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		25	2,00	0,25	12,28	59,50
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2,00	0,25	12,28	59,50
			14,28	11,21	42,35	326,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,69	38,15	178,80	1 255,25