



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 КРУГЛ.	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 ЙОДИРОВАННЫЙ	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 3,2 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,35	3,75	6,00	79,50
			4,50	0,15	6,00	46,50
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	160/10/1		4,07	3,99	13,01	104,24
КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ РОЖКИ	6,4	6,4	0,81	0,10	4,47	21,73
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 МИНТАЯ	60		8,25	3,39	5,95	87,32
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	6,95	0,40	0,00	31,43
БАТОН ПРОСТОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	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	0,23	0,11	10,04	42,95
ШИПОВНИК СУШЕНЫЙ	15	15	0,23	0,11	3,26	15,86
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 ДАРНИЦКИЙ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
			17,01	11,77	57,89	406,67
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
МЯСО ГОВЯДИНА	54,11	48,7	8,79	7,56	0,00	102,98
КРУПА РИСОВАЯ КРУГЛ.	18,59	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
ЯЙЦО 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 ЙОДИРОВАНЫЙ	25	25	2,00	0,25	12,28	59,50
			14,28	11,21	42,35	326,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,03	36,26	160,25	1 148,45