



МЕНЮ

Сад 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		180	4,75	3,24	19,76	127,94
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	18,2	18	2,01	0,22	11,85	57,44
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,74	3,02	4,43	56,57
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		180	1,87	2,77	19,51	110,42
*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
*МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	33,6	33,6	1,63	2,77	18,26	104,46
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	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		45	3,60	0,45	22,10	107,10
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,60	0,45	22,10	107,10
			10,32	14,76	61,47	420,46
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		180	5,22	4,50	7,20	95,40
*Снежок 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,22	4,50	7,20	95,40
			5,22	4,50	7,20	95,40
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,31	6,36	9,80	114,17
*СВЕКЛА	42	31,5	0,46	0,03	2,69	12,83
*КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	19,7	15,7	0,27	0,02	0,72	4,27
*КАРТОФЕЛЬ	26,17	15,7	0,30	0,06	2,48	11,73
*МОРКОВЬ	13,07	9,8	0,13	0,01	0,66	3,33
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,9	0,11	0,02	0,63	3,14
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5,9	5,9	0,20	0,00	0,68	3,77
*МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0,00	3,78	0,00	34,01
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,3	157,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	21,033	15,77	2,84	2,44	0,00	33,35
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,41	4,64	30,85	187,59
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,8	50,8	5,42	0,64	34,74	166,55
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70	10,61	9,89	1,74	138,15

*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,3	7,3	0,17	1,07	0,25	11,33
*МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,8	21,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	62,9	56,6	10,21	8,79	0,00	119,69
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,54	0,09	28,53	117,91
*СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
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	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			24,18	21,42	92,12	659,80
Уплотненный полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		180	18,56	25,38	31,93	430,16
*КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	87,6	87,6	15,46	15,64	0,00	202,24
*МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,6	9,6	0,00	9,30	0,00	83,71
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9,6	0,13	0,02	0,77	3,82
*МОРКОВЬ	12,8	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
*ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,00	0,00	0,37	1,47
*КРУПА РИСОВАЯ	42	42	2,85	0,41	30,15	135,66
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,20	0,10	14,86	59,46
*ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133,7	133,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	14,9	14,9	0,00	0,00	14,42	57,67
БАТОН		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
			21,16	25,78	61,52	561,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,88	66,46	222,31	1 736,68