



# МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (1)	180	180	3,7	3,1	16,1	107,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК(1)	1,1	1,1	0,1	0	0,6	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	132,4	126	3,6	3,1	5,8	66,0
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ (1)	20	20	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОПТ(1)	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ(1)	200	200	5,2	5,7	22,9	163,7
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	4	4	0	2,8	0,1	25,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	117,6	112	3,1	2,7	5,2	58,7
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,4	53,8
<b>Обед</b>						
РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ	83,57	58,5	1,2	0,2	9,2	43,7
КОРЮБЬ	9,75	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕЧЧАТЫЙ	3,89	3,5	0	0	0,3	1,4
ОГУРЦЫ СОЛЕНЬЕ	17,1	9,8	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,3	146,3	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	3,9	3,9	0,3	0	2,8	12,6
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	19,5	17,4	2,7	0,2	0	12,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,9	4,9	0,1	0,7	0,2	9,8
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТ "С"	180	180	0,3		14,5	58,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	9,8	0,3	0	4,9	20,6
САХАР ПЕСОК	9,9	9,9	0	0	9,6	38,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6

ГЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ		40/30	8,4	23,9	4,1	265,5
СВИНИНА МЯСНАЯ	62	55,8	7,8	18	0	193,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЛЮК РЕПЧАТЫЙ	15,78	14,2	0,2	0	1,2	5,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОПТ(1)	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО СЛИВ,МАСЛОМ(1)	130	7,4	6,0	33,6	218,0	
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА(1)	60	7,4	1,9	33,3	179,3	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	0	0	0	0,0	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	0	0	0	0,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	4	0	2,8	0,1	25,7	
<b>ПОЛДНИК</b>						
СЫР (ПОРЦИИ)	20	4,7	6,1		75,0	
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	22	4,7	6,1	0	75,0	
ЧАЙ С САХАРОМ(1)	180	0,2	0,1	14,6	58,3	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	10	0	0	9,7	38,7	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ(1)	0,4	0,1	0	0,2	1,0	
ПЮРЕ КАРТОФЛЬНОЕ СО СЛИВ,МАСЛОМ (1)	130	2,9	4,1	17,2	117,4	
КАРТОФЕЛЬ	139,29	1,9	0,4	15,4	72,8	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	37,82	1	0,9	1,6	18,8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	4	0	2,8	0,1	25,7	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОПТ ОБОЛ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,7	1,0	17,5	89,2	
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	2,7	1	17,5	89,2	
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ(1)	40/30	11,0	6,0	5,1	118,6	
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	76,2	68	10,5	0,6	47,5	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,4	20,4	0	0	0,0	
МОРКОВЬ	29,75	23,8	0,3	1,6	8,1	
ЛЮК РЕПЧАТЫЙ	9,56	8,6	0,1	0,7	3,4	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0,5	2,3	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,5	5,5	0	0	47,9	
САХАР ПЕСОК	2,4	0	0	2,3	9,3	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>21,5</b>	<b>17,3</b>	<b>54,4</b>	<b>458,5</b>	<b>1 633,5</b>
		<b>56,5</b>	<b>62,5</b>	<b>210,5</b>	<b>1 633,5</b>	