



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ (1)	200		5,3	5,8	26,8	181,2
КРУПА РИСОВАЯ	13	12,87	0,9	0,1	9,2	41,6
ПШЕНО	13	12,87	1,5	0,3	8,8	43,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76	76	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	4	4	0	2,8	0,1	25,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	109,24	104	2,9	2,5	4,9	54,5
КАКАО С МОЛОКОМ (1)	180		3,8	3,2	15,6	107,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,1	1,1	0,3	0,2	0,1	3,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	132,35	126	3,6	3,1	5,8	66,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,9	9,9	0	0	9,6	38,3
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ (1)	25		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ(1)	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			11,4	11,9	64,7	413,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			0,6	0,1	12,4	53,8
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ(1)	195/5		2,1	4,3	12,0	102,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ(1)	48,8	39	0,7	0	1,7	10,6
КАРТОФЕЛЬ	55,71	39	0,8	0,2	6,2	29,1
МОРКОВЬ	11,38	9,1	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,11	8,2	0,1	0	0,7	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,1	156,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	14,6	14,6	0,4	2,1	0,5	29,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ(1)	40/30		13,5	7,4	6,1	145,5
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	93,16	83,1	12,8	0,7	0	58,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	36,38	29,1	0,4	0	1,9	9,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,67	10,5	0,1	0	0,9	4,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,8	6,8	0	6,6	0	59,3

САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВ, МАСЛОМ (1)		130	2,9	4,1	17,2	117,4
КАРТОФЕЛЬ	139,29	97,5	1,9	0,4	15,4	72,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	37,82	36	1	0,9	1,6	18,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	4	4	0	2,8	0,1	25,7
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С"(1)		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	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			21,5	16,2	66,8	505,8
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ(1)		180	0,2	0,1	14,6	58,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,9	9,9	0	0	9,6	38,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ(1)	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	2,7	1,0	17,5	89,2
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	40	2,7	1	17,5	89,2
ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ		150/30	9,6	19,5	21,4	300,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ(1)	129,38	103,5	1,8	0,1	4,8	28,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	45	45	6,2	14,6	0	155,9
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	4,5	4,5	0	3,2	0,1	28,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	3,75	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,5	0,1	0	0,4	1,7
КРУПА РИСОВАЯ	21	20,79	1,5	0,2	14,9	67,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		20	4,7	6,1		75,0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	22	20	4,7	6,1	0	75,0
			17,2	26,7	53,5	523,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,7	54,9	197,4	1 496,3