



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (1)		190	3,9	3,2	16,9	113,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК(1)	1,1	1,1	0,1	0	0,6	2,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57	57	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,5	10,5	0	0	10,2	40,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	139,7	133	3,8	3,2	6,2	69,0
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ (1)		15	0,8	1,0	7,4	41,7
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ(1)	10	10	0,8	1	7,4	41,7
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ(1)		150	3,5	4,3	14,1	108,7
КРУПА МАННАЯ	10,6	10,6	1,1	0,1	7,3	33,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,6	55,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3	3	0	2,1	0	19,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	88,2	84	2,3	2	3,9	44,0
			8,2	8,5	38,4	263,5
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						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ		150/4	3,4	2,4	10,2	77,8
КАРТОФЕЛЬ	64,29	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,6	0,1	0	0,3	1,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,11	7,5	0,1	0	0,1	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	3	3	0,2	0	2,1	9,7
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	15,02	13,4	2	0,1	0	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,1	0,6	0,1	7,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТ "С"		150	0,2		11,4	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	7	6,86	0,2	0	3,4	14,4
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0	0	8,1	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2

ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ		30/20	7,2	20,4	3,5	227,2
СВИНИНА МЯСНАЯ	53,1	47,8	6,6	15,4	0	165,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,1	5,1	0	4,9	0	44,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,67	12,3	0,2	0	1	4,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ(1)	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,8	25,8	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО СЛИВ,МАСЛОМ(1)		110	6,3	5,1	28,4	184,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА(1)	50,8	50,8	6,2	1,6	28,1	151,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3,4	3,4	0	2,4	0	21,8
			19,1	28,2	66,2	597,2
Полдник						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,6	4,6		56,3
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	16,5	15	3,6	4,6	0	56,3
ЧАЙ С САХАРОМ(1)		180	0,1		8,8	35,6
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ(1)	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВ,МАСЛОМ (1)		120	2,6	3,7	15,0	104,5
КАРТОФЕЛЬ	121,07	84,75	1,6	0,3	13,4	63,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,87	33,2	1	0,8	1,6	17,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3,7	3,7	0	2,6	0,1	23,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		30	2,0	0,7	13,1	66,9
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30	2	0,8	13,1	66,9
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ(1)		40/20	12,0	6,5	5,5	129,3
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	83,1	74,2	11,4	0,7	0	51,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,3	22,3	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	32,38	25,9	0,3	0	1,7	8,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,44	9,4	0,1	0	0,8	3,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0	0	2,5	10,1
			20,3	15,5	42,4	392,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,2	52,3	159,4	1 307,1