



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (1)		150	3,6	4,2	13,5	106,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА(1)	13,2	13,1	1,6	0,4	7,3	39,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73,2	69,7	1,9	1,6	3,2	36,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3	3	0	2,1	0	19,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (1)		160	3,3	2,7	14,4	95,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК(1)	1	1	0,1	0	0,5	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,9	8,9	0	0	8,6	34,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	117,6	112	3,1	2,7	5,2	58,7
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
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	8,3	0,1	75,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	10	10	0,1	7,3	0,1	66,2
			9,0	15,9	41,1	344,0
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (1)		150	0,1		8,9	37,2
ЛИМОН	12	7,2	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			0,1		8,9	37,2
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ(1)		150	5,6	4,0	11,4	104,2
КАРТОФЕЛЬ	43	30,1	0,6	0,1	4,8	22,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6,3	0,1	0	0,5	2,5
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,1	0	0,6	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ФИЛЕ ГРУДКИ КУРЫ	12	12	2,1	2,1	0	27,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА(ЗЕЛЕНЬ СУШЕНАЯ)	0,3	0,3	0	0	0	0,0
УКРОП(ЗЕЛЕНЬ СУШЕНАЯ)	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ		50	7,8	9,4	9,0	151,3
ФИЛЕ ГРУДКИ КУРЫ	35	35	6,2	6,2	0	80,8
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	12,9	12,9	0,9	0,3	5,6	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9	0	2,8	0	25,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,33	4,8	0,1	0	0,4	1,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВ, МАСЛОМ (1)		110	3,8	2,9	24,0	136,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ(1)	35	35	3,8	0,5	24	114,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3,4	3,4	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,6	172,6	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
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "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	147	147	0	0	0	0,0
			19,4	16,6	68,5	499,8

Полдник

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (1)		140	11,2	12,5	5,1	178,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,27 шт.	71,12	8,7	8	0,5	108,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,77	78,8	2,2	1,9	3,7	41,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3,8	3,8	0	2,7	0,1	24,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ(1)	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
ЧАЙ С САХАРОМ(1)		150	0,2	0,1	12,2	48,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0	0	8,1	32,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ(1)	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
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
ЯБЛОКО (1)		95	0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			13,8	13,7	39,7	338,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,3	46,2	158,2	1 219,4