

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20		1,06	0,45	11,25	43,07
ДЖЕМ	5	5	0,03	0,01	3,65	14,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		3,50	5,84	22,30	143,04
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24,194	24,194	2,70	0,30	15,94	77,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	63	63	1,78	1,53	2,93	33,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,484	0,484	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12		0,16	0,04	10,86	27,87
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,8	148,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	12	12	0,05	0,04	8,63	33,52
БАНАН	95		1,43	0,48	15,95	80,20
БАНАН	158,65	95	1,43	0,48	19,95	91,20
			6,15	6,81	60,36	294,18
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170		3,70	4,25	6,60	73,50
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	175,98	170	4,93	4,25	6,80	90,10
			3,70	4,25	6,60	73,50
Обед						
СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	20/20		2,19	3,61	1,69	53,64
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	41,6	20	3,40	1,70	0,00	29,00
СВЕКЛА	24,75	19,8	0,29	0,02	1,69	8,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20		4,52	6,41	13,73	119,90
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	106,67	80	1,55	0,31	12,65	59,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,33	22,8	4,11	3,54	0,00	48,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,135 шт.	5,434	0,67	0,60	0,04	8,27
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ		50	5,58	9,14	9,18	114,00
ГОВЯДИНА Б/К	47,393	40	7,22	6,21	0,00	84,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,1	10,1	0,74	0,28	5,03	25,67
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,333	3,333	0,02	2,67	0,03	24,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7	0,33	0,28	0,54	6,13
КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		110	1,21	2,14	6,77	51,66
КАБАЧКИ	136	102	0,59	0,30	4,55	23,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,073	0,073	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,09	0,08	13,01	53,58
ЯБЛОКИ	23,636	20,8	0,08	0,08	1,98	9,49
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,6	5,6	0,01	0,00	4,25	17,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			15,58	22,09	61,03	475,77
Полдник						
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ		40	0,50	0,00	1,90	10,09
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	53,332	40	0,52	0,00	1,96	10,40
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ		50	4,69	5,07	11,10	110,19
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	41,671	40,1	6,23	0,23	0,00	26,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,333	8,333	0,60	0,23	4,15	21,18
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,167	9,167	0,26	0,22	0,43	4,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,169 шт.	6,802	0,83	0,76	0,05	10,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,98	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,57	0,19	10,18	48,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		110	2,05	3,60	10,69	101,14
КАРТОФЕЛЬ	105,33	79	1,53	0,31	12,49	59,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31,9	31,9	0,90	0,78	1,48	16,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77	77	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ ВОСТ.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		45	1,87	0,81	12,95	113,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,65	34,65	3,63	0,44	23,49	112,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,35	1,35	0,15	0,02	0,91	4,37
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
			9,80	9,61	43,00	365,01
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,23	42,76	170,99	1 208,46