

МЕНЮ**Ясли 12 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20		1,84	1,87	7,48	42,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,16	1,48	0,00	18,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		2,40	6,18	22,92	141,63
ПШЕНО	24,25	24,25	2,71	0,64	16,56	82,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	63	63	1,78	1,53	2,93	33,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	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
КАКАО С МОЛОКОМ	150		1,95	2,56	11,29	70,59
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25	0,52	0,33	0,22	6,31
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО	95		0,38	0,38	9,31	39,65
ЯБЛОКИ	108,3	95	0,38	0,38	9,31	44,65
			6,57	10,99	51,00	294,67
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150		4,35	3,75	6,00	79,50
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	155,28	150	4,35	3,75	6,00	79,50
			4,35	3,75	6,00	79,50
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,44	0,08	1,52	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5		4,50	6,05	15,99	110,10
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	49,33	37	0,72	0,15	5,85	27,64
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	6,924	4,5	0,14	0,01	0,28	1,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	37,9	31,988	5,77	4,97	0,00	67,64
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50		2,41	3,35	4,03	57,96

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	31,175	30	4,66	0,17	0,00	20,08
МОРКОВЬ	14,21	11,364	0,15	0,01	0,76	3,86
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,25	2,727	0,04	0,01	0,21	1,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,122 шт.	4,911	0,60	0,54	0,03	7,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,636	3,636	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,364	1,364	0,01	1,10	0,01	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130		2,52	3,97	20,43	117,80
КАРТОФЕЛЬ	172,01	129,004	2,50	0,50	20,40	96,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,334	4,334	0,02	3,47	0,03	31,45
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150		0,09	0,06	25,42	99,96
ВАРЕНЬЕ	20	20	0,08	0,06	14,39	55,87
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	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,25	143,25	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,37	0,59	10,25	52,27
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,12	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			12,45	14,28	86,12	488,48
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20		2,46	2,23	0,14	30,46
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160		9,67	9,28	12,13	202,65
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	106,71	85,365	1,49	0,09	3,89	23,18
ГОВЯДИНА Б/К	74,964	63,27	11,42	9,82	0,00	133,79
КРУПА РИСОВАЯ	7,247	7,153	0,49	0,07	5,13	23,11
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,01	11,765	0,16	0,02	0,93	4,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,482	1,482	0,01	1,18	0,01	10,76
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,105 шт.	4,226	0,52	0,48	0,03	6,43
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,22	1,31	0,31	13,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,368	2,368	0,25	0,03	1,61	7,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,116	14,116	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,09	0,00	0,33	1,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,095	0,095	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,282	0,282	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,12	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150		0,18	0,04	10,40	43,80
АПЕЛЬСИН	32,09	21,5	0,18	0,04	1,69	8,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	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
			15,30	12,54	44,10	430,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,67	41,56	187,22	1 293,35