

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 3 - 15.04.22.**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		180	6,7	7,4	31,8	221,3
ПШЕНО	22,5	22,3	2,5	0,6	15,2	76,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,2	50,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,1	1,6	10,2	64,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	67,5	67,5	1,9	1,6	3,1	35,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81	81	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ВАРеной СГУЩЕНКОЙ		30	0,9	3,2	16,5	99,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,5	0,6	4,1	23,9
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,5	46,2
			<b>9,7</b>	<b>12,2</b>	<b>58,5</b>	<b>384,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОНФЕТЫ		10			9,2	37,1
КАРАМЕЛЬ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКОЙ	10	10	0	0	9,2	37,1
					<b>9,2</b>	<b>37,1</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ		50	0,7	2,5	8,2	58,3
СВЕКЛА	52,9	41	0,6	0	3,5	16,7
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	4,85	4,85	0,1	0	2,7	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ		180/15	4,7	3,3	13,5	102,7
КАРТОФЕЛЬ	90,7	59	1,2	0,2	9,3	44,0
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	27,2	27,1	6	0,4	12,6	78,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	13,6	10,2	0,1	0	0,7	3,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,6	130,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	22,7	17	3,1	2,6	0	36,0
МАКАРОННИК С МЯСОМ		180	13,7	13,9	23,3	273,2
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	27	27	2,9	0,4	18,4	88,6

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2	0,9	0,8	0,1	11,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b>		<b>180</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>28,5</b>	<b>117,9</b>
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	10,8	10,8	0,6	0	5,3	24,3
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>21,9</b>	<b>20,0</b>	<b>88,6</b>	<b>623,2</b>
<b>Ужин</b>						
<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ПОВИДЛОМ</b>		<b>90</b>	<b>6,4</b>	<b>10,4</b>	<b>47,2</b>	<b>307,5</b>
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	50	50	5,2	0,7	34	162,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	5	5	0	4	0,1	36,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ПОВИДЛО	12	12	0	0	7,7	30,9
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	17	17	0,5	0,4	0,7	8,7
<b>ЙОГУРТ</b>		<b>180</b>	<b>3,6</b>	<b>2,7</b>	<b>5,4</b>	<b>86,4</b>
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	186	180	3,6	2,7	5,4	86,4
			<b>10,0</b>	<b>13,1</b>	<b>52,6</b>	<b>393,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,6</b>	<b>45,3</b>	<b>208,9</b>	<b>1 438,7</b>

15.04.22