

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 4 - 18.04.22.**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ		180	6,4	7,2	33,2	223,7
КРУПА МАННАЯ	22,5	22,5	2,2	0,2	15,4	71,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,9	56,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	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
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	0,2	0,1	14,6	58,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,4	131,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,1	8,1	0	0	7,9	31,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25	1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,5	46,2
			<b>7,7</b>	<b>15,7</b>	<b>55,3</b>	<b>392,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
			<b>0,8</b>	<b>1,0</b>	<b>23,2</b>	<b>106,2</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ОВОЩНОЙ МАРИНАД"		50	0,7	5,1	3,3	61,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13	13	0,1	0	0,2	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
СВЕКЛА	10	7,5	0,1	0	0,7	3,1
ЩИ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		180	2,0	3,0	5,5	57,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50,4	0,9	0,1	2,3	13,7
КАРТОФЕЛЬ	90	58,5	1,2	0,2	9,2	43,7
МОРКОВЬ	13,5	10,1	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	22,5	20,3	3,7	3,1	0	43,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8,1	8,1	0,2	1,6	0,3	16,2
СУФЛЕ С МЯСОМ		180	24,1	30,6	2,9	379,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,9 шт.	36,2	4,5	4,1	0,3	55,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0
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

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</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
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10,8	10,8	0,2	0,1	6,9	29,4
<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>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>55</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>23,3</b>	<b>112,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
			<b>33,2</b>	<b>39,5</b>	<b>78,6</b>	<b>799,9</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		<b>65</b>	<b>5,5</b>	<b>7,8</b>	<b>34,4</b>	<b>229,6</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,1	48,1	5	0,6	32,6	155,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,1	48,1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>		<b>180</b>	<b>0,6</b>	<b>0,3</b>	<b>22,0</b>	<b>92,7</b>
ШИПОВНИК СУХОЙ	10,8	10,8	0,4	0,2	5	29,8
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			<b>6,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,4</b>	<b>322,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,8</b>	<b>64,3</b>	<b>213,5</b>	<b>1 620,4</b>

18.04.22.