

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 8 - 22.04.22**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		180	5,6	9,0	24,1	201,4
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,6	0,1	6,5	29,1
ПШЕНО	13,5	13,4	1,5	0,4	9,1	45,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78,6
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,6	0,3	22,0	92,7
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
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
			7,3	17,7	53,6	404,1
II Завтрак						
КОНФЕТЫ		10			9,2	37,1
КАРАМЕЛЬ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКОЙ	10	10	0	0	9,2	37,1
					9,2	37,1
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		50	0,6	0,1	5,6	26,0
МОРКОВЬ	61,94	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
СУП ОВОЩНОЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		180	3,3	3,1	10,9	85,0
СВЕКЛА	36	27	0,4	0	2,3	11,0
КАРТОФЕЛЬ	72	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
МОРКОВЬ	10,8	8,1	0,1	0	0,6	2,7
ФАСОЛЬ	7,2	7,2	1,5	0,1	3,3	20,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	18	13,5	2,4	2,1	0	28,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		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 ЙОДИРОВАННАЯ	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
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,5	0,1	28,5	117,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,5	13,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		10	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
			35,7	34,8	94,8	832,6
Ужин						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ИЗЮМОМ		90	6,5	10,4	42,7	290,2
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
ДРОЖОЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,2	13,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	17	17	0,5	0,4	0,7	8,7
ЧАЙ С САХАРОМ		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
			6,7	10,5	57,3	348,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,7	63,0	214,9	1 622,3

22.04.22