

**МЕНЮ****Сад 12 часов**

07.10.22

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	1,1	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 ВАРЕННОЙ 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
			9,7	12,2	58,5	384,5
II Завтрак						
КОНФЕТЫ	18				16,6	66,8
КАРАМЕЛЬ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКОЙ	18	18	0	0	16,6	66,8
					16,6	66,8
Обед						
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 КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200		2,6	4,0	9,9	85,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
КАРТОФЕЛЬ	80	52	1	0,2	8,2	38,8
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0
ПШЕНО	12	11,88	1,4	0,3	8,1	40,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
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
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,5	0,1	23,8	98,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	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		10	0,7	0,1	4,2	20,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,7	0,1	4,2	20,4
			20,5	20,8	84,5	606,9
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		90	11,6	13,0	40,4	325,8
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
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	30	30	5,2	2,6	0,9	49,2
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	17	17	0,5	0,4	0,7	8,7
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,9	0,2	17,8	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			12,5	13,2	58,2	403,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,7	46,2	217,8	1 461,4