

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	45		4,0	6,9	10,5	120,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	4,1	0,0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,5	0,6	10,3	52,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,000	2,4	2,2	0,1	30,5
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	140		5,0	5,1	23,8	161,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,0	3,0	0,0	27,5
МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	69,000	69,000	1,9	1,6	3,2	36,2
СОЛЬ	0,500	0,500	0,0	0,0	0,0	0,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	27,200	27,200	3,0	0,4	17,9	86,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,400	45,400	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,700	2,700	0,0	0,0	2,6	10,5
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,2	1,8	8,5	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,450	0,450	0,1	0,0	0,2	1,1
МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	75,000	75,000	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,000	77,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,0	0,0	4,9	19,4
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		0,0	0,0	0,0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,9	0,7	12,9	65,5
			11,2	13,8	42,8	341,0
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,3	4,6	8,8	99,0
МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	189,000	189,000	5,3	4,6	8,8	99,0
			5,3	4,6	8,8	99,0
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	35		0,0	0,0	0,0	0,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	43,800	35,000	0,3	0,0	0,6	4,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150		4,4	3,5	18,6	123,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,800	2,800	0,0	2,7	0,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	98,000	98,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МОРКОВЬ	9,330	7,000	0,1	0,0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,590	5,600	0,1	0,0	0,5	2,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	11,200	11,200	2,5	0,2	5,2	32,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,2	0,5	8,0	40,6
СОЛЬ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	43,080	28,000	0,6	0,1	4,5	21,0

ЗЕЛЕНЬ СВЕЖАЯ (ПЕТРУШКА)	0,820	0,800	0,0	0,0	0,1	0,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		55	9,2	4,2	2,1	83,0
ЗЕЛЕНЬ СВЕЖАЯ (ПЕТРУШКА)	0,820	0,800	0,0	0,0	0,1	0,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,0	1,0	0,0	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,173 шт.	6,920	0,9	0,8	0,0	10,6
МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	10,300	10,300	0,3	0,3	0,5	5,4
СОЛЬ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,0	1,7	0,0	16,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,200	2,200	0,2	0,0	1,5	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,200	2,200	0,0	0,0	0,0	0,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	63,000	50,400	7,8	0,5	0,0	35,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		110	2,2	3,8	14,2	100,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,900	3,900	0,0	3,1	0,0	28,3
СОЛЬ	0,500	0,500	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	116,770	75,900	1,5	0,3	12,0	56,6
МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	13,200	13,200	0,4	0,3	0,6	6,9
МОРКОВЬ	30,500	22,900	0,3	0,0	1,6	7,8
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,1	0,1	6,6	28,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,000	156,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯБЛОКИ	20,900	18,800	0,1	0,1	1,7	8,5
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,0	0,0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,3	0,2	8,5	40,8
			15,9	11,6	41,5	334,0
Полдник						
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		125	14,4	17,1	9,1	252,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,300	1,300	0,1	0,0	0,2	1,3
СМЕТАНА	8,600	8,600	0,2	1,3	0,3	17,2
СОЛЬ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,300	25,300	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,400	2,400	0,3	0,0	1,6	7,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,900	2,900	0,0	2,8	0,0	25,3
СОЛЬ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,000	26,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	6,900	4,100	0,1	0,0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	55,600	41,600	0,5	0,0	2,8	14,2
КУРЫ (ГРУДКИ) Н/К	79,230	72,100	12,7	12,9	0,0	166,5
ЗЕЛЕНЬ СВЕЖАЯ (ПЕТРУШКА)	1,700	1,600	0,0	0,0	0,2	0,8
КАРТОФЕЛЬ	29,500	19,100	0,4	0,1	3,0	14,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,800	8,400	0,1	0,0	0,7	3,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1	0,0	5,0	20,0
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,0	0,0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,450	0,450	0,1	0,0	0,2	1,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,3	0,2	8,5	40,8
ЙОГУРТ М.Д.Ж. 2,5%		100	2,8	2,5	4,6	57,0
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100,000	100,000	2,8	2,5	4,6	56,5
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,4	9,3	45,0
ЯБЛОКИ	105,500	95,000	0,4	0,4	9,3	44,7
			17,7	20,0	28,0	374,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,1	50,0	121,1	1 148,0