

06.12.24

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
		180	4,3	7,3	16,7	150,5
КАША "ДРУЖБА"			0,6	0,1	5,7	25,9
КРУПА РИСОВАЯ	8,1	8,02	0,9	0,2	5,4	27,4
ПШЕНО	8,1	8,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,8	51,8	2,8	3,1	4,6	58,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	0	3,9	0	35,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,9	4,9	0	0	0,9	3,5
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35/5	1,1	5,2	17,7	120,5
ДЖЕМ	15	15	0,1	0	10,9	42,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА	13,1	13,1	1	0,4	6,7	34,3
ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6	6	0	4,9	0	43,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ		180	3,6	3,7	10,0	89,0
КАКАО С МОЛОКОМ	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
КАКАО-ПОРОШОК	5	5	0	0	4,9	19,4
САХАР ПЕСОК	110	110	3,1	3,4	5	64,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	80	80	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			9,0	16,2	44,4	360,0
II Завтрак						
		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ	20	20			4,8	19,2
ЧАЙ С САХАРОМ		100/10		0	0,3	1,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,5	29,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	4,8	19,2
САХАР ПЕСОК	4,95	4,95	0	0	20,3	90,0
Обед						
		180	1,8	2,1	13,9	81,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б			1,6	0,3	12,9	64,0
КАРТОФЕЛЬ	101,8	81,44	0,1	0	0,5	2,0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,22	0	1,7	0	6,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	6,2	8,0	0	24,0
РЫБА ТУШЕНАЯ		70	6,2	0,2	0	24,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	41,4	39,8	0	7,8	0	30,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	8	8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,3	16,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	5,9	6,3	37,8	150,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55,2	55,2	5,9	0,7	37,7	181,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,4	50,8
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЗЕЛ. ГОРОШ.		50	0,7	6,4	3,4	74,2
МОРКОВЬ	64	48	0,6	0	3,2	16,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6,5	6,5	0	6,3	0	56,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	4,6	3	0,1	0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ		180			12,5	49,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	45	45	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12,9	12,9	0	0	12,5	50,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		45	3,1	0,3	20,3	95,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОИ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40,5	40,5	3,1	0,3	20,3	95,9
			17,7	23,1	87,9	630,0
Уплотненный полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ		250	8,5	25,6	25,9	364,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	219,8	219,8	6,2	7,5	10	127,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,1	6,1	0	0	5,9	23,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	22	22	0,1	17,7	0,2	159,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	17,9	17,72	2,1	0,6	9,8	53,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ		200	10,0	6,4	17,0	174,0
ЙОГУРТ 3,2% ЖИРНОСТИ СЛАДКИЙ	200	200	10	6,4	17	174,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15			15,9	63,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,4	16,4	0	0	15,9	63,4
ХЛЕБ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОИ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
			22,3	32,3	83,9	720,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,6	72,3	236,5	1 800,0