

**МЕНЮ**
Ясли 10 часов**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ		150	4,04	3,59	18,09	120,85
КРУПА МАННАЯ	17,1	17,1	1,81	0,15	10,85	50,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,41	1,98	3,93	43,01
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,4	2,4	0,02	1,48	0,03	13,55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,90	0,20	12,30	58,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		175	2,29	1,87	7,60	56,39
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	2,1	2,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	87,5	87,5	2,29	1,87	3,73	40,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,23	5,66	37,99	235,84
II Завтрак						
КЕФИР		100	2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	100	2,90	2,50	4,00	53,00
			2,90	2,50	4,00	53,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		150	3,07	3,01	17,51	109,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,9	13,9	1,38	0,15	8,57	41,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0,01	0,93	0,02	8,47
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,2	0,49	0,41	0,03	5,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	93,75	56,25	1,04	0,22	8,08	38,20
МОРКОВЬ	8	6	0,07	0,01	0,37	1,79
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,44	2,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,28	0,00	11,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ		60	8,76	8,57	8,16	145,18
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	48	44	7,47	6,01	0,00	83,95
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	11	11	0,81	0,09	5,25	25,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,45	0,00	2,86	13,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0,03	2,47	0,05	22,58
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)		120	2,85	6,62	15,57	139,03
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,32	1,83	0,43	25,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,7	3,7	0,37	0,04	2,28	10,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	100,75	60,45	1,12	0,23	8,88	41,05
МОРКОВЬ	34,67	26	0,30	0,03	1,59	7,77
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	15,98	0,20	0,03	1,16	5,68
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	39	31,2	0,54	0,03	1,43	8,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0,00	4,43	0,00	39,91
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		40	0,98	1,77	6,02	45,01
СВЕКЛА	52	39	0,53	0,04	3,03	14,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,88	6,8	0,09	0,01	0,49	2,35
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11	11	0,38	0,01	2,03	10,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,71	0,00	15,35
САХАР ПЕСОК	0,48	0,48	0,00	0,00	0,47	1,88
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,40	0,16	12,41	60,15
ШИПОВНИК СУХОЙ	12	12	0,40	0,16	5,83	33,08
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,57	20,55	82,23	606,47
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	17,44	11,51	13,07	231,40
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	91,4	91,4	15,98	7,98	2,88	149,84
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,58	0,05	3,73	17,87
САХАР ПЕСОК	4,7	4,7	0,00	0,00	4,55	18,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,4	0,50	0,43	0,03	6,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0,03	2,47	0,05	22,58
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,29	0,00	1,91	9,10
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ		30	2,16	2,55	16,65	98,40
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,16	2,55	16,65	98,40
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		150	2,40	1,93	7,72	57,83
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,01	0,01	0,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,38	1,92	3,84	42,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,00	15,99	37,44	387,63
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,70	44,70	161,66	1 282,94