



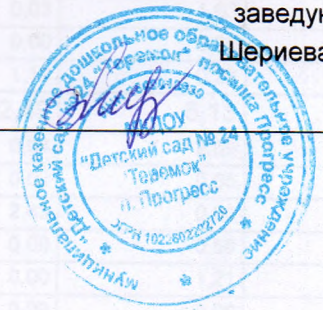
МЕНЮ

Ясли 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ (с маслом сливочным и сахаром)	150/5/5		3,05	5,13	21,66	145,33
КРУПА РИСОВАЯ	20,6	20,4	1,39	0,19	14,65	65,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,2	58,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	58,2	58,2	1,64	1,42	2,71	30,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0,00	0,00	4,26	17,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0,02	3,52	0,04	31,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170		0,03	0,00	7,46	30,66
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,3	24,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	164,2	164,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,6	7,6	0,00	0,00	7,35	29,41
ЛИМОН	6,3	3,8	0,03	0,00	0,11	1,25
			5,37	5,32	44,17	247,04
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (с перловой крупой)	150		1,57	1,72	11,89	69,46
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6,06	6	0,54	0,07	3,89	18,33
ИКРА МОРКОВНАЯ	30		0,55	1,49	3,09	28,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,88	4,94	0,07	0,01	0,40	1,97
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,96	3,96	0,18	0,00	0,73	3,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
САХАР ПЕСОК	0,36	0,36	0,00	0,00	0,35	1,40
МОРКОВЬ	32,16	24,12	0,30	0,02	1,61	8,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30		0,33	0,06	1,14	7,20

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30,31	30	0,33	0,06	1,14	7,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ СУХОФРУКТОВ (смесь)		150	0,00	0,00	11,62	46,44
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ		160	12,76	6,76	26,74	230,70
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	57,31	53,3	9,25	1,91	0,00	65,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
КАРТОФЕЛЬ	255,5	153,3	2,98	0,59	24,24	114,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,15	0,02	0,85	4,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,7	2,7	0,35	0,00	1,61	7,83
СОУС СМЕТАННЫЙ		25	0,37	0,98	1,58	19,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	12,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,15	11,39	79,21	512,04
Полдник						
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	4,47	2,41	17,98	111,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	19,5	19,5	2,05	0,24	13,22	63,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0,00	0,00	2,71	10,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	1,53	0,77	0,25	14,42
ДРОЖИ	0,8	0,8	0,10	0,02	0,02	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,05	0,05	0,00	0,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
			5,20	2,56	32,68	174,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,12	19,67	165,86	980,41



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ (с маслом сливочным и сахаром)		200	4,64	5,80	34,09	207,66
КРУПА РИСОВАЯ	36,7	36,4	2,47	0,35	26,13	117,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,4	76,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,4	76,4	2,15	1,85	3,56	40,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		180/5	0,06	0,01	9,88	41,01
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,1	33,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,4	182,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	11,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
			6,99	6,00	59,02	319,72
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,7	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (с перловой крупой)		180	1,89	2,06	14,28	83,32
КАРТОФЕЛЬ	90	54	1,05	0,21	8,54	40,33
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,3	7,2	0,65	0,08	4,68	22,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯДИНЫ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ		240	14,34	10,12	31,22	289,78
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	62,2	57,8	10,04	2,08	0,00	71,21
КАРТОФЕЛЬ	278,33	167	3,24	0,65	26,40	124,73
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,2	11,9	0,16	0,02	0,95	4,73
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,7	7,7	0,04	6,16	0,06	55,87

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,25	0,03	1,63	7,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,6	24,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,1	8,1	0,20	1,18	0,27	16,19
ИКРА МОРКОВНАЯ		50	0,92	2,49	5,13	47,57
МОРКОВЬ	53,6	40,2	0,50	0,04	2,69	13,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0,00	0,00	0,58	2,32
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,6	6,6	0,31	0,00	1,21	6,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,55	0,10	1,90	12,00
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ СТОЛОВЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ СУХОФРУКТОВ (смесь)		180	0,00	0,00	13,94	55,74
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0,00	0,00	13,94	55,74
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,98	15,22	94,24	620,65

Полдник

БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	4,47	2,41	17,98	111,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2,05	0,24	13,22	63,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0,00	0,00	2,71	10,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	1,53	0,77	0,25	14,42
ДРОЖОЖИ	0,8	0,8	0,10	0,02	0,02	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,05	0,05	0,00	0,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		180	0,87	0,17	17,63	75,08
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,87	0,17	17,63	75,08
			5,34	2,58	35,61	186,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,71	24,20	198,67	1 174,21