

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****На 20 декабря 2024г**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		40	1,9	2,8	21,1	90,7
ДЖЕМ	15,152	15	0,1	0	10,9	42,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,7	6,0	22,7	161,0
КРУПА РИСОВАЯ	22,7	22,5	1,6	0,2	16,2	72,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,7	51,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	77,1	77,1	2,1	1,8	3,6	40,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,1		5,9	23,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>5,7</b>	<b>8,8</b>	<b>49,7</b>	<b>275,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			4,9	19,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
					<b>4,9</b>	<b>19,4</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,6	2,4	3,2	37,1
СВЕКЛА	49	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,4	0	21,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,1	5,7	7,6	100,5
МОРКОВЬ	8,2	6,1	0,1	0	0,4	2,0
КАРТОФЕЛЬ	67,8	40,7	0,8	0,2	6,4	30,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,1	0,1	0	0,5	2,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,4	8,4	0,1	0	0,1	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,5	103,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ГОВЯДИНА Б/К	19,19	16,2	2,9	2,5	0	34,2

МОРКОВЬ	0,5	0,4	0	0	0	0,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
<b>СУФЛЕ КУРИНОЕ</b>		<b>60</b>	<b>9,3</b>	<b>10,9</b>	<b>2,4</b>	<b>143,8</b>
ГРУДКА ПТИЦЫ (ФИЛЕ)	46,2	42	7,4	7,5	0	97,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10	1,3	1,2	0,1	15,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,1	14,1	0,4	0,4	0,7	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,6	2,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ</b>		<b>120</b>	<b>4,4</b>	<b>1,8</b>	<b>27,9</b>	<b>145,4</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,8	40,8	4,4	0,5	27,9	133,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>19,6</b>	<b>80,4</b>
ЯБЛОКИ	21,4	18,8	0,1	0,1	1,7	8,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>40</b>	<b>3,0</b>	<b>1,2</b>	<b>20,6</b>	<b>105,6</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			<b>22,9</b>	<b>22,3</b>	<b>89,8</b>	<b>653,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>180</b>	<b>17,9</b>	<b>21,8</b>	<b>14,0</b>	<b>325,3</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	146,3	117	2	0,1	5,3	31,8
ГОВЯДИНА Б/К	98,34	83	14,9	12,9	0	175,5
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,4	18	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0	8,7	0	78,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35	35	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>8,9</b>	<b>36,3</b>
АПЕЛЬСИН	19,4	13	0,1	0	1,1	5,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>41,0</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>		<b>50</b>	<b>4,2</b>	<b>3,6</b>	<b>28,8</b>	<b>163,4</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,7	0,5	24,2	115,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,2	0	1	4,8
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,1
			<b>23,6</b>	<b>25,6</b>	<b>60,2</b>	<b>566,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,2</b>	<b>56,7</b>	<b>204,6</b>	<b>1 514,6</b>