

МЕНЮ**Сад 12 часов****На 26 июня 2024г**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 40 | 4,5 | 9,2 | 13,3 | 92,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16,48 | 15 | 3,5 | 4,4 | 0 | 54,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") | | 200 | 6,2 | 9,0 | 24,9 | 204,1 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10,103 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,2 | 32,3 |
| ПШЕНО | 10,103 | 10 | 1,2 | 0,3 | 6,8 | 34,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 180 | 2,7 | 2,2 | 9,3 | 68,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,3 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,7 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 92 | 2,6 | 2,2 | 4,3 | 48,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 13,4 | 20,4 | 47,5 | 364,4 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 52,8 |
| ЯБЛОКИ | 136,4 | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 56,4 |
| | | | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 52,8 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | 50 | 0,7 | 3,0 | 4,1 | 46,4 |
| СВЕКЛА | 61,288 | 47,5 | 0,7 | 0 | 4,1 | 19,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 3 | 0 | 27,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 100 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | 200/20 | 6,4 | 6,0 | 12,0 | 125,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 94,429 | 66,1 | 1,3 | 0,3 | 10,5 | 49,4 |
| МОРКОВЬ | 8,516 | 6,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,857 | 6,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,5 | 1,5 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0 | 1,6 | 0 | 14,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 115,7 | 115,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 29,62 | 25 | 4,6 | 3,9 | 0 | 52,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,4 | 2 | 0 | 0 | 0,2 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|---|----------|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | | 200 | 20,2 | 19,5 | 25,5 | 357,5 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 107,82 | 91 | 16,4 | 14,2 | 0 | 192,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 241,67 | 145 | 2,8 | 0,6 | 22,9 | 108,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,08 шт. | 3,22 | 0,4 | 0,4 | 0 | 4,9 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 4,4 | 4,4 | 0,6 | 0 | 2,6 | 12,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 50 | 1,0 | 2,0 | 3,0 | 37,3 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 12,5 | 12,5 | 0,3 | 1,8 | 0,4 | 25,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,8 | 3,8 | 0,4 | 0 | 2,6 | 12,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 37,5 | 37,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | 180 | | | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 20 | 1,4 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| | | | 31,2 | 31,3 | 69,2 | 683,8 |
| Полдник | | | | | | |
| *САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | | 50 | 0,5 | 5,0 | 1,5 | 53,0 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 20,21 | 20 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,8 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 25,26 | 25 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,5 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЬ | 3,75 | 3 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 3 | 0 | 27,0 |
| СОЛЬ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | | 40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 100 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | | 150 | 4,0 | 3,4 | 19,4 | 121,9 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 50,8 | 50,8 | 5,4 | 0,7 | 34,7 | 166,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 180/6/7 | 0,1 | | 8,5 | 36,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ЛИМОН | 7,78 | 7 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,3 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 177,7 | 177,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | | 50 | 4,3 | 0,9 | 25,9 | 130,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 38,5 | 38,5 | 4,1 | 0,5 | 26,1 | 124,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0 | 0,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|-----|-----|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,6 | 0 | 5,2 |
| | | | 13,8 | 13,8 | 55,6 | 402,2 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 58,9 | 66,0 | 184,1 | 1 503,2 |