

МЕНЮ

Сад 12 часов

На 30 июня 2025г

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И ДЖЕМОМ		40	3,1	3,0	15,4	74,7
ДЖЕМ	15	15	0,1	0	10,9	42,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	7,2	8,6	21,2	214,4
ПШЕНО	39	39	4,4	1,1	26,7	133,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,7	2,4	4,6	51,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		5,9	23,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174	174	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,3	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			10,8	12,0	52,3	360,0
II Завтрак						
КЕФИР С САХАРОМ		100/5	2,7	3,0	13,0	90,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	3,9	51,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			2,7	3,0	13,0	90,0
Обед						
*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,4		0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	55,56	50	0,4	0,1	0,9	6,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200	4,6	6,6	26,5	165,0
КАРТОФЕЛЬ	47,143	33	0,7	0,1	5,2	24,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,07	13	2,9	0,2	6,1	37,7
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,4	15,4	1,2	0,4	7,7	39,1

ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	7,5	12,7	15,4	137,9
РЫБА ФИЛЕ В АССОРТИМЕНТЕ	66,67	60	9,2	0,5	0	41,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	1,8	0,1	8,4	87,0
МОРКОВЬ	36,25	29	0,4	0	1,9	9,9
КАРТОФЕЛЬ	38,57	27	0,5	0,1	4,3	20,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	20	13	0,4	0	0,8	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,25	29	0,5	0	1,4	7,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,2	0,2	11,0	88,0
ЯБЛОКИ	40,909	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155	155	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	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		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			18,9	21,0	91,3	630,0
Полдник						
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ		200	10,2	11,2	14,9	206,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	73,75	59	10,3	2,1	0	72,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
КАРТОФЕЛЬ	264,29	185	3,6	0,7	29,3	138,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,7	0,3	24,4	103,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8,4	49,6
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,7	0,3	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ПЕЧЕНЬЕ		40	2,6	6,2	22,0	148,7
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			16,2	18,0	78,3	540,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,6	54,0	234,9	1 620,0

