



МЕНЮ

Ясли10 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		4,93	4,46	0,27	60,92
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40	4,93	4,46	0,27	60,92
ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	40		0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие или соленые	60		0,47	0,06	1,46	8,15
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60,62	60	0,47	0,06	1,46	8,15
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
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
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10		0,10	0,00	9,88	39,90
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	159,3	159,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,79	4,71	26,66	180,02
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00
БАНАН	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150		1,45	2,24	8,30	59,17
КАРТОФЕЛЬ	34,13	27,3	0,53	0,11	4,32	20,39
МОРКОВЬ	6,88	5,5	0,07	0,01	0,37	1,87
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,5	0,08	0,01	0,44	2,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102,3	102,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,44	0,05	2,85	13,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,15	0,14	0,01	1,82
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,6	6,6	0,18	0,16	0,31	3,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	60		7,50	13,99	6,50	182,09

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	52	31,2	5,51	5,57	0,00	72,03
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,2	7,2	0,52	0,20	3,59	18,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,8	10,8	0,30	0,26	0,50	5,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11	11	0,31	0,27	0,51	5,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,28	0,04	1,83	8,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,6	2,4	0,54	0,69	0,00	8,48
РИС ОТВАРНОЙ		110	2,70	4,39	28,25	163,22
КРУПА РИСОВАЯ	39,3	39,3	2,67	0,38	28,21	126,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)		30	0,40	1,50	2,98	27,29
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	23,1	18,5	0,32	0,02	0,84	5,02
ЯБЛОКИ	4,3	3,8	0,02	0,02	0,36	1,74
МОРКОВЬ	6	4,8	0,06	0,00	0,32	1,63
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
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 РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ СТОЛОВЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (С ВИТАМИНОМ " С")		150	0,01	0,00	23,11	92,45
СОК в ассортименте	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,5	7,5	0,01	0,00	5,69	22,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,63	22,50	92,29	634,42
Полдник						
ОЛАДЫ		80	6,78	9,66	42,28	282,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	59,2	59,2	6,20	0,75	40,14	191,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9	0,36	0,32	0,02	4,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,2	59,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ СУХИЕ БЫСТРОДЕЙСТВУЮЩИЕ	1,6	1,6	0,19	0,03	0,03	1,20
САХАР ПЕСОК	2,1	2,1	0,00	0,00	2,04	8,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0,00	3,59	0,00	32,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,2	6,2	0,03	4,97	0,05	44,99
ПОВИДЛО		20	0,08	0,00	12,80	51,53
ПОВИДЛО	20	20	0,08	0,00	12,80	51,53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,36	1,82	12,82	77,63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,25	0,00	1,30	6,21
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			9,22	11,48	67,90	411,95
			33,04	39,09	196,65	1 273,39