



## МЕНЮ

### Ясли 10 часов

### ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		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		50	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ или (помидор)		30	0,12	0,02	0,26	1,95
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,26	1,95
ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	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
БУТЕРБРОД с МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		35/30/5	2,32	4,32	15,09	108,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
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
			<b>9,38</b>	<b>8,96</b>	<b>38,05</b>	<b>270,43</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (ряженка)		100	2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,63	100	2,90	2,50	4,00	53,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ		150	1,57	1,72	11,89	69,46
КАРТОФЕЛЬ	64,29	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6	6	0,54	0,07	3,89	18,33
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	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
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ		70/30	8,29	11,23	9,00	177,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,1	35,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69



МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	37,1	33,5	5,82	1,20	0,00	41,27
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,61	0,09	6,46	29,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12	1,47	1,34	0,08	18,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		110/4	4,16	3,69	26,56	156,23
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	38,8	38,8	4,14	0,49	26,53	127,21
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,4	22,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или (помидор)		30	0,12	0,02	0,26	1,95
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,26	1,95
ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	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
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ СУХОФРУКТОВ ( С ВИТАМИНОМ С )		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	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>17,71</b>	<b>17,04</b>	<b>82,48</b>	<b>561,68</b>

### Полдник

БЛИНЧИКИ		60	3,21	1,82	18,45	102,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,4	62,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,8	0,59	0,53	0,03	7,31
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ПОВИДЛО		20	0,08	0,00	12,80	51,53
ПОВИДЛО	20	20	0,08	0,00	12,80	51,53
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,06	2,52	12,22	84,76
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>6,35</b>	<b>4,34</b>	<b>43,47</b>	<b>239,13</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,34</b>	<b>32,84</b>	<b>168,00</b>	<b>1 124,24</b>