

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190		1,63	1,71	11,88	69,43
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15,2	15,2	1,62	0,19	10,40	49,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57	57	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ	133	133	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧ ФОРМОВО МУКА ВЫСШ СОРТ	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 ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7		0,10	0,00	9,95	41,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	8	4,8	0,04	0,00	0,14	1,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,4	182,4	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,02	1,90	36,88	181,48
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,83	47,15
ЯБЛОКИ	114	100,32	0,40	0,40	9,83	47,15
			0,40	0,40	9,83	47,15
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	180		1,73	2,05	14,44	84,58
КАРТОФЕЛЬ	84	50,4	0,98	0,19	7,97	37,65
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,22	0,10	0,01	0,57	2,87
КРУПА РИСОВАЯ	7,27	7,2	0,49	0,07	5,17	23,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ (2-Й ВАРИАНТ) ЗАПЕЧЁННЫЕ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	140/70/70		10,14	13,03	16,09	229,93
ГОВЯДИНА Б/К	43,48	41,65	7,52	6,46	0,00	88,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,5	73,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	5,83	5,77	0,39	0,06	4,14	18,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,17	12,74	0,17	0,03	1,01	5,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,67	4,67	0,02	3,73	0,04	33,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,92	9,92	1,04	0,13	6,72	32,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,26	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	17,5	17,5	0,45	2,55	0,59	34,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,55	0,07	3,59	17,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		7,40	6,00	33,60	218,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ,	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
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180		0,27	0,05	33,03	133,43
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	54	54	0,26	0,05	5,29	22,52
САХАР ПЕСОК	21,6	21,6	0,00	0,00	20,91	83,59
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0,01	0,00	6,83	27,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,82	21,58	124,93	798,18

Полдник

КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160/5/5		2,33	4,23	20,63	129,03
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66	66	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,23	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ	66	66	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ,	30		2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
КАКАО С МОЛОКОМ	180		0,47	0,29	9,87	44,31
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,02	4,70	45,10	242,26
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,26	28,58	216,74	1 269,07