

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85/5		7,44	13,90	0,48	156,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60	7,39	6,69	0,41	91,37
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ	23	23	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9	9	0,05	7,21	0,07	65,30
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	60		1,05	4,92	4,26	65,80
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	57	1,05	4,92	4,26	65,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧ ФОРМОВ МУКА ВЫС СОТР	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
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,90	0,18	18,18	77,40
			11,68	19,19	37,97	370,92
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-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200		2,68	4,74	12,88	104,93
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,69	0,62	0,04	8,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,78	1,78	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,06	0,11	0,02	0,64	3,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70		7,85	3,60	10,57	131,99
ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ЦЫПЛЕНКА -- БРОЙЛЕРА НАТУРАЛЬНЫЙ ФИЛЕ	52,5	29,4	5,98	1,43	0,00	62,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,1	13,1	0,97	0,08	6,37	30,09
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 2	140		3,79	9,02	20,47	186,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,48	0,06	3,06	14,58
МОРКОВЬ	54,84	41,13	0,51	0,04	2,75	13,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,57	24	0,33	0,05	1,91	9,54
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,48	2,48	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	105,3	63,18	1,22	0,24	9,99	47,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,83	0,05	2,19	13,04
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,38	2,18	0,51	29,97
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 ФОРМО МУКА ВЫС 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
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180		0,00	0,00	13,94	55,74
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0,00	0,00	13,94	55,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,60	17,81	85,63	611,23
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ПОВИДЛОМ	120/5/30		2,82	2,13	49,08	227,53
КРУПА РИСОВАЯ	26	25,7	1,75	0,25	18,45	83,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,5	38,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0,00	0,00	6,00	24,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,8	0,47	0,43	0,03	5,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,3	2,3	0,29	0,00	1,37	6,66
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,5	1,5	0,04	0,22	0,05	3,00
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ	57,7	57,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6,2	6,2	0,14	0,03	3,96	16,90
ПОВИДЛО	30	30	0,12	0,00	19,21	77,29
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,59	0,24	18,11	88,29
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,41	2,37	67,19	315,82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,09	39,77	200,62	1 345,12