

МЕНЮ

Сад 12 часов

22 ноября 2024 года

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		6,07	5,07	12,85	122,38
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	19,2	18	4,19	4,34	0,00	56,88
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200		6,04	6,41	26,82	190,00
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,68	0,10	7,18	32,30
ПШЕНО	10	10	1,12	0,26	6,83	34,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,71	2,23	10,34	72,86
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,82	13,71	50,01	385,24
II Завтрак						
МАНДАРИН	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,86	100	0,80	0,20	7,50	38,00
			0,80	0,20	7,50	38,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,96	4,05	45,51
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20		7,72	7,12	11,87	142,72
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	88,13	66,1	1,28	0,25	10,45	49,37
МОРКОВЬ	8,25	6,6	0,09	0,01	0,45	2,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	39,1	33	5,96	5,12	0,00	69,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,8	0,03	0,00	0,15	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	23,47	17,34	26,43	355,70
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	127,04	90,2	17,50	8,57	0,00	146,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	198,67	149	2,89	0,58	23,56	111,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,48	2,24	0,14	30,65
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,5	4,5	0,57	0,00	2,69	13,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		50	1,00	2,00	3,00	37,30
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,32	1,82	0,43	24,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,40	0,05	2,58	12,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	1,26	0,08	19,15	83,35
КУРАГА	25	25	1,26	0,08	12,37	56,26
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			37,72	30,45	88,00	781,58
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,72	4,56	30,13	180,54
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44	44	4,69	0,55	30,09	144,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,45	2,25	0,15	30,45
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,48	2,24	0,14	30,65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,02	0,12	6,36	30,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/8/7	0,16	0,01	8,14	34,47
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ЛИМОН	7,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		70	10,96	6,55	28,77	218,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,14	0,38	20,34	97,19
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0,00	0,00	1,84	7,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,6	0,6	0,01	0,00	0,49	2,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5 % ЖИРНОСТИ	35	35	6,11	3,06	1,02	57,38
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75

	19,91	13,59	75,45	507,05
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	73,25	57,95	220,96	1 711,87