

МЕНЮ

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	210/5		8,0	6,8	41,0	258,7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,4	2,2	0,1	30,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180		0,2		10,2	42,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,3	5,0	15,4	116,0
			12,9	14,0	66,7	447,2
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,4	3,6	2,7	50,8
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200		7,8	8,6	15,9	173,8
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		12,8	13,3	17,3	240,0
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140		4,5	2,9	32,1	172,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				11,6	46,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ*	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,0	0,2	23,9	105,5
			32,5	31,0	129,1	930,0
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60		5,5	5,2	33,4	202,6
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН	195		5,5	4,8	7,6	100,6
			11,0	10,0	41,0	303,2
Ужин						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,4	0,1	0,9	6,5
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	170		5,6	5,5	34,3	208,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,6	0,2	19,1	84,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160		0,8	0,2	15,8	68,8
			8,4	6,0	70,1	368,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,8	61,0	306,9	2 049,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ И ЯЙЦОМ		150	8,0	7,4	27,5	208,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150	0,1		7,1	29,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		20	1,5	4,7	10,3	89,8
			9,6	12,1	44,9	327,6
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		50	1,1	3,1	2,0	41,8
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ		150	6,8	5,5	11,8	123,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ		60/30	11,8	8,1	12,4	170,2
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	3,8	2,1	27,0	141,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ*		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
			27,5	19,3	89,1	640,6
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		15	5,0	4,8	30,7	185,1
КЕФИР		161	4,8	4,2	6,7	88,5
			9,8	9,0	37,4	273,6
Ужин						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		160	4,9	4,9	28,9	182,5
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		160	0,8	0,2	15,7	66,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
			7,5	5,2	55,0	300,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,4	45,6	226,4	1 542,2