



## МЕНЮ

### Сад 9 часов

### ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		6,3	7,9	20,8	180,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	160	160	4,7	4,9	7,3	92,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84	84	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,6	0,2	11,5	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0,1	25,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		0,1	5,1	0,1	46,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0,1	5,1	0,1	46,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200				10,8	43,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
			<b>8,7</b>	<b>13,2</b>	<b>46,8</b>	<b>340,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200		5,1	2,1	16,4	105,1
КАРТОФЕЛЬ	137,1	96	1,8	0,4	15,1	71,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
УКРОП	0,1	0,07	0	0	0	0,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	20,8	20	3,1	0,1	0	13,4
МОРКОВЬ	11,2	8,4	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80		17,6	10,2	16,3	227,7
ГОВЯДИНА Б/К	101,6	91,4	15	5,3	0	108,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	22,9	22,9	1,6	0,1	11,2	52,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,7	11,5	0,2	0	0,9	4,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,2	0,2	0,3	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,7	5,7	0,6	0,1	3,9	18,8

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	3,6	5,2	16,2	126,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200	160	2,8	0,2	7,3	43,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0,1	4,9	0,1	44,9
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0	0	1,3	4,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		30	0,2		0,5	3,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	85,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	0	0	23	92,0
			<b>30,1</b>	<b>18,1</b>	<b>86,2</b>	<b>630,9</b>
<b>Полдник</b>						
ПРЯНИК		40	2,4	1,9	30,0	146,4
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	40	40	2,4	1,9	30	146,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200			10,8	43,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
			<b>2,4</b>	<b>1,9</b>	<b>40,8</b>	<b>189,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,6</b>	<b>33,6</b>	<b>183,6</b>	<b>1 208,2</b>