

МЕНЮ
Сад 12 часов
10 апреля 2025 года

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,30	9,12	15,50	153,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200		7,23	7,55	26,83	205,05
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	2,99	1,50	14,99	85,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		4,58	3,64	14,66	110,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,11	20,31	56,99	469,18
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,91	44,41
ЯБЛОКИ	113,5	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,91	44,41
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,38	0,00	0,90	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		3,17	5,30	7,69	93,86
СВЕКЛА	31,25	25	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	16,67	12,5	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	9,75	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	11,85	10	1,80	1,55	0,00	21,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,92	5,71	22,60	158,07
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	170,67	128	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
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
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	12,88	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80		13,56	6,17	12,93	163,67
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	72,74	70	10,86	0,41	0,00	46,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11,2	11,2	0,81	0,31	5,59	28,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	11,2	0,16	0,02	0,89	4,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,7	5,7	0,60	0,07	3,86	18,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
			24,77	18,14	75,74	573,07
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180		13,57	7,99	13,97	185,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,10	0,12	5,47	32,59
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	70,42	50	9,70	4,75	0,00	81,48
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,54	0,08	5,74	25,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	13,2	0,17	0,03	1,05	5,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,15	0,81	0,19	11,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180		0,14	0,11	11,34	47,37
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	40	36	0,14	0,11	3,60	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,66	0,20	10,64	51,54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75		7,22	5,60	30,92	203,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,67	0,45	23,74	113,39
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0,00	0,00	2,51	10,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,7	0,7	0,01	0,00	0,58	2,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,18	0,02	1,18	5,64
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,75	1,75	0,00	1,70	0,00	15,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,35	0,25	0,01	0,00	0,02	0,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125		3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВ,	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			26,09	17,03	72,50	558,69
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,37	55,88	215,14	1 645,35