

МЕНЮ

Аллергики ясли 12 ч

На 02 мая 2024г

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С М/Р И САХАРОМ		150	2,7	6,3	16,4	132,1
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22,5	22,5	2,7	1,4	13,5	76,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,4	124,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		10,1	40,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,4	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			5,8	7,1	45,3	266,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,6	0,6	14,8	66,3
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,8	66,3
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,7	6,1	5,2	78,5
КАРТОФЕЛЬ	42,3	29,6	0,6	0,1	4,7	22,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ		150/10	0,9	2,3	5,6	47,8
СВЕКЛА	24,6	19	0,3	0	1,6	7,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	11,9	9,5	0,2	0	0,4	2,6
КАРТОФЕЛЬ	13,6	9,5	0,2	0	1,5	7,1
МОРКОВЬ	8,1	6,1	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	4,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95,2	95,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	17,4	14,6	2,6	2,2	0	30,8
МОРКОВЬ	0,5	0,4	0	0	0	0,1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ		150	15,9	19,4	8,5	272,8
ГОВЯДИНА Б/К	91,7	77,4	14	12	0	163,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,2	19,5	0,3	0	1,6	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,9	4,9	0	4,8	0	42,8
МОРКОВЬ	26	19,5	0,3	0	1,3	6,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	89,5	72,1	1,3	0,1	3,3	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
МОРКОВЬ	1,4	1,4	0	0	0,1	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,6	0	0	0,2	1,1
САХАР ПЕСОК	2,1	2,1	0	0	2	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,5	21,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,2		8,4	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	141,7	141,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0	0	8,1	32,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,4	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			20,6	28,6	46,5	526,3
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		150	11,1	9,6	9,5	168,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,4	0,1	3,7	21,7
ГОВЯДИНА Б/К	59,2	50	9	7,8	0	105,7
КРУПА РИСОВАЯ	6,7	6,7	0,5	0,1	4,9	21,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,2	11	0,2	0	0,9	4,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,3	18,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,6	22,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,7	16,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0	0	5,6	22,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,4	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,6	0,6	14,8	66,3
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			13,1	10,4	38,4	297,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,1	46,7	145,0	1 156,4