

# МЕНЮ

## 5 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

### Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			* Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(сыр российский)</small>	10	2,3	3		36,4
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>(крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)</small>	200/5	4,9	7,5	23,2	180,9
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	180	1,3	1,4	9,2	55
	ГОСТ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)</small>	40	3	1,2	20,6	104,8
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>11,5</b>	<b>13,1</b>	<b>53</b>	<b>377,1</b>
<b>II Завтрак</b>							
2010	103	СНЕЖОК <small>(снежок 2,5%*)</small>	180	4,9	4,5	35,6	142
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>4,9</b>	<b>4,5</b>	<b>35,6</b>	<b>142</b>
<b>Обед</b>							
2017	82	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ (КУРА) <small>(вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, томатная паста, лавровый лист, свекла, чеснок, лимонная кислота, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15% жирности, филе куриного бедра*)</small>	200	2,6	3,6	9,3	82,5
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ <small>(свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, яйца куриные (шт.), чеснок, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная)</small>	70	8,3	24,3	11,7	299,1
2017	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ <small>(капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, морковь, лук репчатый, сахар песок, картофель)</small>	130	2,2	5,9	10,7	105,9
2017	349	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)</small>	180			7,7	31
	ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб украинский формовой)</small>	45	3	0,5	17,8	89,1
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>16,1</b>	<b>34,3</b>	<b>57,2</b>	<b>607,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
2012	239	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА <small>(творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)</small>	130	18,4	13	29,8	312,5
2017	327	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) <small>(молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)</small>	30	0,6	1,6	4	32,7
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)</small>	180	0,1		7,1	28,8
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>19,1</b>	<b>14,6</b>	<b>40,9</b>	<b>374</b>
<b>Всего</b>				<b>51,6</b>	<b>66,5</b>	<b>186,7</b>	<b>1500,9</b>

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Осина*  
*Зина*

Е.Н.ОСИНЕВСКАЯ