

# МЕНЮ

## 3 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

### Сад



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
2С	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	10	2,3	3		36,4
13С	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	200/5	5,6	8,7	19,1	177,5
21С	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,1	28,8
ГОСТ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	104,8
<b>Итого</b>		<b>435</b>	<b>11</b>	<b>12,9</b>	<b>46,8</b>	<b>347,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
4С	СНЕЖОК (снежок 2.5%*)	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>						
105 (3)С	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, сметана, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная, лавровый лист, соль йодированная, приправа, чеснок)	200	4,7	4,6	11,6	102
63 (1) С	ПЛОВ (СВИНИНА) (свинина, рис, масло растит, томатная паста, лук репчатый, соль, морковь, приправа, чеснок, вода)	200	11	8,7	4,7	517
ТТК 1С	КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М (сахар песок, вода питьевая, компотная смесь с/м*)	180	0,1		7,2	31
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб украинский формовой)	45	3	0,5	17,8	89,1
<b>Итого</b>		<b>645</b>	<b>24,1</b>	<b>21,4</b>	<b>78,4</b>	<b>742,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
21С	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,1	28,8
41С	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.), мак кондитерский*)	50	4,2	4,4	29,5	173,9
<b>Итого</b>		<b>230</b>	<b>4,3</b>	<b>4,4</b>	<b>36,6</b>	<b>202,7</b>
<b>Всего</b>			<b>44,5</b>	<b>44,3</b>	<b>170</b>	<b>1257</b>

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

П.Е. ОСИНЕВСКАЯ