

# МЕНЮ

## 5 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

Сад



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>						
2С	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(сыр российский)</small>	10	2,3	3		36,4
45С	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
3С	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>						
ГОСТ	ЯБЛОКО 1ШТ <small>(яблоко 130*)</small>	130	0,3	0,2	16,7	67,6
<b>Итого</b>		<b>130</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>16,7</b>	<b>67,6</b>
<b>Обед</b>						
129 С	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <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.)</small>	200	2,6	3,6	9,3	82,5
ТТК 14 С	ПТИЦА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯЙЦЕ <small>(филе куриной грудки, мука в/с, яйцо, масло растительное, соль)</small>	70	7,55	18,19	1,98	202,06
7С	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)</small>	130	8,48	6,42	38,35	178
ТТК 5С	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ <small>(вода питьевая, сахар песок, шиповник)</small>	180			7,7	32
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>583</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
48С	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
10С	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
21С	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>1435</b>

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

П.Е. ОСИНЕВСКАЯ