

Утверждено приказом

МБДОУ "Детский сад №1

"Малыш" с.п. Гварасейское"

от 07.09.2024г. №

175

## МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		155	5,2	4,7	19,3	141,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	28,68	28,39	3,5	0,9	15,7	84,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58	58	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	61,7	61,7	1,7	1,9	2,8	35,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35/5	3,0	2,2	12,9	83,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,3	4,82	1,1	1,4	0	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,2	2,3	6,5	55,8
КАКАО-ПОРОШОК	1,7	1,7	0,4	0,3	0,2	4,8
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	64,4	64,4	1,8	2	2,9	37,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,7	86,7	0	0	0	0,0
			<b>10,4</b>	<b>9,2</b>	<b>38,7</b>	<b>280,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ВАФЛИ		12	0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ		100/5			6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>16,2</b>	<b>70,0</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА М/Б		150	1,9	3,2	13,4	90,4
КАРТОФЕЛЬ	81	60,75	1,2	0,2	9,6	45,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,2	4,2	0,4	0	2,7	12,8
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	14,2	12,5	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ		130	11,2	12,4	22,0	244,4
ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50	9	7,8	0	105,7
КРУПА РИСОВАЯ	29,4	29,4	2	0,3	21,1	95,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,2	0,1	0	0,4	2,0

МОРКОВЬ	8,75	7	0,1	0	0,5	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.		30	0,5	3,0	2,3	37,9
МОРКОВЬ	36	28,8	0,4	0	1,9	9,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	7,7	5	0,2	0	0,3	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ		150			8,6	34,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,9	8,9	0	0	8,6	34,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>16,3</b>	<b>18,8</b>	<b>63,9</b>	<b>490,0</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ЯБЛОКИ		95	0,4	0,4	9,6	46,0
ЯБЛОКИ	114	100,8	0,4	0,4	9,6	46,0
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ		160/20	17,5	31,2	25,0	453,1
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 18% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	14,8	17,8	2,8	233,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,23	16,23	1,7	0,2	11	52,6
САХАР ПЕСОК	7,4	7,4	0	0	7,2	28,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	7	0,9	0,8	0	10,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15,5	15,5	0,1	12,4	0,1	112,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150/7/3	0,2		14,9	60,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,8	111,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ЛИМОН	7	4,2	0	0	0,1	1,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
			<b>18,1</b>	<b>31,6</b>	<b>49,5</b>	<b>560,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,1</b>	<b>60,0</b>	<b>168,3</b>	<b>1 400,0</b>