

**Сад 12 часов  
День 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
Горошек зеленый		20,0	0,6	0,0	1,3	8,0
	Зеленый горошек консерв (отход 25%)	30,8	20,0			
Омлет с морковью 85k2		160,0	11,7	12,6	7,9	155,7
	Молоко сухое цельное 25% жирности	5,9	5,9			
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	97,0	85,3			
	Морковь (отход 25%)	56,9	42,7			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,3	5,3			
Чай с молоком 85k2		180,0	1,9	0,0	28,1	57,7
	Чай черный байховый	0,5	0,5			
	Вода питьевая	77,4	77,4			
	Сахар песок	11,7	11,7			
	Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0			
Булка 85 85k2		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
	Батон "Умница"	30,0	30,0			
Масло сливочное 85 85k2		4,0	5,5	10,1	33,8	29,9
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,0	4,0			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>394,0</b>	<b>27,7</b>	<b>23,7</b>	<b>120,1</b>	<b>321,3</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Фрукты (яблоко) 85 85k2		100,0	0,5	0,5	12,5	54,0
	Яблоки	100,0	100,0			

<b>Итого за Второй завтрак</b>		<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,5</b>	<b>54,0</b>
<b>Обед</b>						
Икра морковная 85		40,0	0,9	3,7	2,6	44,1
	Сахар песок	0,5	0,5			
	Масло подсолнеч ное рафиниров анное	3,2	3,2			
	Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2			
	Морковь (отход 25%уварк а 2%)	40,8	30,0			
	Томатная паста	11,2	11,2			
Борщ с капустой и картофелем 85		200,0	1,5	7,2	9,1	125,6
	Свекла (отход 25%)	42,7	32,0			
	Картофель (отход 35%)	24,6	16,0			
	Масло подсолнеч ное рафиниров анное	2,4	2,4			
	Сахар песок	2,0	2,0			
	Лук репчатый (отход 16%)	4,8	4,0			
	Морковь (отход 25%)	10,7	8,0			
	Капуста белокочан ная (отход 20%)	20,0	16,0			
	Сметана 15% жирности	8,0	8,0			
	Бульон	150,0	150,0			
Картофельное пюре (сух.молоко)		150,0	2,0	3,5	24,0	152,1
	Молоко сухое цельное 25% жирности	2,6	2,6			
	Картофель (отход 35%)	193,8	126,0			
	Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	6,8	6,8			

Котлеты или биточки рыбные		70,0	7,2	1,5	0,9	60,6
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	4,5	4,0			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,4	1,4			
	Филе минтая (отход 5%)	58,9	56,0			
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,1	1,1			
	Батон "Умница"	13,0	13,0			
Хлеб ржаной Дарницкий 85 85к2		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0			
Компот из свежих яблок 85к2		180,0	0,6	0,3	27,8	72,8
	Яблоки (отход 12%)	40,9	36,0			
	Вода питьевая	154,0	154,0			
	Сахар песок	21,6	21,6			
<b>Итого за Обед</b>		<b>690,0</b>	<b>14,1</b>	<b>16,8</b>	<b>64,9</b>	<b>530,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
Сырники с морковью 85 85к2		120,0	13,0	5,5	32,8	191,1
	Мука пшеничная высш.сорт	15,2	15,2			
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,5	4,8			
	Сахар песок	8,8	8,8			
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	86,1	85,2			
	Морковь (отход 25%)	35,2	26,4			
	Манная крупа	3,0	3,0			

	Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 92,5%	1,8	1,8				
	Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 92,5%	4,0	4,0				
Соус фруктовый Пермь 2011			30,0	0,0	0,0	5,5	21,6
	Сахар песок	3,6	3,6				
	Вишня заморожен ная	3,6	3,6				
	Крахмал картофель ный	0,9	0,9				
	Вода питьевая	25,5	25,5				
Вафли 85			30,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Вафли	30,0	30,0				
Чай с сахаром 85 85k2			180,0	0,1	0,0	12,5	54,9
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Вода питьевая	171,0	171,0				
	Сахар песок	11,7	11,7				
<b>Итого за Уплотненный</b>			<b>360,0</b>	<b>13,1</b>	<b>5,5</b>	<b>50,8</b>	<b>267,6</b>
<b>Итого за 5 день</b>			<b>1 544,0</b>	<b>55,4</b>	<b>46,6</b>	<b>248,3</b>	<b>1 173,3</b>