



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	160		4,99	3,13	26,99	156,78
ПШЕНО	16,2	16	1,78	0,42	10,92	54,63
КРУПА РИСОВАЯ КРУГЛ.	12,93	12,8	0,87	0,13	9,19	41,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	83,2	83,2	2,34	2,58	3,79	48,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,4	54,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0,00	0,00	3,09	12,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СГУЩЕННОМ	150		1,03	1,24	16,98	83,12
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,73	1,24	8,15	46,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,05	8,25	0,08	74,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН	30		2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН ПРОСТОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
			<b>8,47</b>	<b>12,92</b>	<b>58,78</b>	<b>386,10</b>
<b>II Завтрак</b>						
МОЛОКО ВАНИЛЬНОЕ	150		4,22	4,66	6,84	87,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	4,66	6,84	87,30
ВАНИЛИН	0,001	0,001	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>4,22</b>	<b>4,66</b>	<b>6,84</b>	<b>87,30</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	160		1,73	2,75	10,75	74,88
КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,2	3,2	0,29	0,04	2,08	9,78
МОРКОВЬ	8,53	6,4	0,08	0,01	0,43	2,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,2	0,04	0,01	0,25	1,27
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,9	9,6	0,08	0,01	0,16	1,21
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,6	121,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110		2,48	3,92	14,49	103,49
КАРТОФЕЛЬ	137,5	82,5	1,60	0,32	13,05	61,62
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30,8	30,8	0,86	0,96	1,41	17,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ИЗ МИНТАЯ	60		8,25	3,39	5,95	87,32
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	6,95	0,40	0,00	31,43

БАТОН ПРОСТОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	11	11	0,85	0,11	5,24	25,39
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,47	0,69	8,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		20	0,22	0,04	0,76	4,82
ПОМИДОРЫ ГРУНТОВЫЕ	21,1	20,1	0,22	0,04	0,76	4,82
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,35	0,18	20,45	86,86
ЯБЛОКИ	34,09	30	0,12	0,12	2,85	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
С/М ВИШНЯ	35,29	30	0,23	0,06	3,08	15,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНОЙ ДАРНИЦКИЙ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
			<b>15,02</b>	<b>10,54</b>	<b>65,12</b>	<b>418,56</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	17,81	12,35	22,13	274,44
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	92	92	16,06	8,03	2,68	150,82
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,60	0,06	4,11	19,15
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЯЙЦО КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	6,21
ЯБЛОКИ	7,7	6,8	0,03	0,03	0,65	3,10
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,68	2,74
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00
ДЖЕМ		30	0,00	0,00	8,25	33,00
ДЖЕМ	15,2	15	0,00	0,00	8,25	33,00
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		150	0,15	0,00	21,44	86,55
С/М КОМПЮТНАЯ СМЕСЬ	15	15	0,14	0,00	1,80	8,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,75	6,75	0,01	0,00	5,12	20,50
			<b>17,96</b>	<b>12,35</b>	<b>51,82</b>	<b>393,99</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,67</b>	<b>40,47</b>	<b>182,56</b>	<b>1 285,95</b>