

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****ДЕНЬ 8**

| Наименование блюда                 | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|                                    | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                     |           |          |                   |              |              |                               |
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ       |           | 160      | 4,75              | 3,22         | 21,23        | 133,68                        |
| *ПШЕНО                             | 21        | 20,8     | 2,32              | 0,54         | 14,20        | 71,01                         |
| *МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ      | 86,4      | 86,4     | 2,43              | 2,68         | 3,94         | 50,28                         |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 57,6      | 57,6     | 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                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ             |           | 150      | 2,30              | 2,46         | 15,38        | 93,43                         |
| *ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ               | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 37,5      | 37,5     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 27        | 27       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| *МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ      | 79,5      | 79,5     | 2,24              | 2,46         | 3,63         | 46,27                         |
| САХАР ПЕСОК                        | 12        | 12       | 0,00              | 0,00         | 11,62        | 46,44                         |
| БАТОН                              |           | 30       | 2,40              | 0,30         | 14,73        | 71,40                         |
| БАТОН ПРОСТОЙ                      | 30        | 30       | 2,40              | 0,30         | 14,73        | 71,40                         |
| 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                         |
|                                    |           |          | <b>9,50</b>       | <b>14,23</b> | <b>51,42</b> | <b>373,31</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>                  |           |          |                   |              |              |                               |
| ГРУША                              |           | 100      | 0,40              | 0,30         | 10,30        | 47,00                         |
| ГРУША                              | 111,11    | 100      | 0,40              | 0,30         | 10,30        | 47,00                         |
|                                    |           |          | <b>0,40</b>       | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b> | <b>47,00</b>                  |
| <b>Обед</b>                        |           |          |                   |              |              |                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ        |           | 160      | 4,10              | 2,88         | 11,90        | 90,24                         |
| *КАРТОФЕЛЬ                         | 53,33     | 32       | 0,62              | 0,13         | 5,06         | 23,90                         |
| *ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                     | 12,8      | 12,8     | 2,85              | 0,19         | 5,98         | 37,12                         |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 7,7       | 6,4      | 0,09              | 0,01         | 0,50         | 2,54                          |
| *МОРКОВЬ                           | 8,53      | 6,4      | 0,08              | 0,01         | 0,43         | 2,17                          |
| *МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,2       | 3,2      | 0,02              | 2,56         | 0,03         | 23,22                         |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 115,2     | 115,2    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ           |           | 130      | 3,20              | 4,50         | 34,10        | 190,00                        |
| *КРУПА РИСОВАЯ                     | 45        | 45       | 3,06              | 0,44         | 32,30        | 145,35                        |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 95        | 95       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                  | 1,3       | 1,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| *МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ          |           | 50       | 8,25              | 11,62        | 7,89         | 168,93                        |
| *КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ               | 37        | 37       | 6,53              | 6,61         | 0,00         | 85,42                         |
| БАТОН ПРОСТОЙ                      | 9         | 9        | 0,70              | 0,09         | 4,29         | 20,78                         |
| *МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ      | 13        | 13       | 0,37              | 0,41         | 0,59         | 7,57                          |
| *МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2         | 2        | 0,01              | 1,60         | 0,02         | 14,51                         |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                | 5         | 5        | 0,64              | 0,00         | 2,99         | 14,49                         |



|                                    |         |       |              |              |               |                 |
|------------------------------------|---------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  | 3       | 3     | 0,00         | 2,91         | 0,00          | 26,16           |
| ЛКРА СВЕКОЛЬНАЯ                    |         | 30    | 1,26         | 2,43         | 3,03          | 38,96           |
| *СВЕКЛА                            | 30      | 22,5  | 0,33         | 0,02         | 1,92          | 9,17            |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 6,3     | 5,4   | 0,08         | 0,01         | 0,43          | 2,14            |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 3,3     | 3,3   | 0,00         | 0,00         | 0,50          | 2,03            |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 5,1     | 5,1   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4     | 2,4   | 0,00         | 2,33         | 0,00          | 20,93           |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                   | 0,1     | 0,1   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ        |         | 150   | 0,45         | 0,08         | 23,78         | 98,28           |
| *СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                | 15      | 15    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                        | 18      | 18    | 0,00         | 0,00         | 17,42         | 69,67           |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                   | 0,2     | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 157,5   | 157,5 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                        |         | 30    | 1,99         | 0,26         | 12,72         | 61,19           |
| *ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 30      | 30    | 1,99         | 0,26         | 12,72         | 61,19           |
|                                    |         |       | <b>19,25</b> | <b>21,77</b> | <b>93,42</b>  | <b>647,60</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           |
| *ЯЙЦА 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   | 0,16         | 0,06         | 20,71         | 84,95           |
| *СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕ МОРОЖЕННАЯ | 15      | 15    | 0,15         | 0,06         | 1,07          | 6,40            |
| *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           |
| БАТОН                              |         | 25    | 2,00         | 0,25         | 12,28         | 59,50           |
| БАТОН ПРОСТОЙ                      | 25      | 25    | 2,00         | 0,25         | 12,28         | 59,50           |
|                                    |         |       | <b>19,97</b> | <b>12,66</b> | <b>63,37</b>  | <b>451,89</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>              |         |       | <b>49,12</b> | <b>48,96</b> | <b>218,51</b> | <b>1 519,80</b> |