



# МЕНЮ

## Сад 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»	180		5,62	3,53	30,38	176,38
*ПШЕНО	18,2	18	2,01	0,48	12,29	61,46
*КРУПА РИСОВАЯ	14,5	14,4	0,98	0,14	10,34	46,51
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	93,6	93,6	2,63	2,91	4,27	54,48
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,2	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СГУЩЕННОМ	180		1,23	1,48	20,36	99,73
*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
*МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,87	1,48	9,78	55,96
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
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	45		3,60	0,45	22,10	107,10
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,60	0,45	22,10	107,10
			<b>10,50</b>	<b>13,71</b>	<b>72,92</b>	<b>458,01</b>
<b>II Завтрак</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,06	5,59	8,21	104,76
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	5,59	8,21	104,76
			<b>5,06</b>	<b>5,59</b>	<b>8,21</b>	<b>104,76</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		2,16	3,44	13,44	93,60
*КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,36	0,04	2,60	12,22
*МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,06	0,01	0,32	1,59
*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,6	12	0,10	0,01	0,19	1,51
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,38	5,34	19,74	141,12
*КАРТОФЕЛЬ	187,5	112,5	2,18	0,44	17,79	84,03
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	42	42	1,18	1,30	1,91	24,44
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ИЗ ТРЕСКИ	70		9,65	3,78	6,92	100,27
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	72,9	52,5	8,15	0,31	0,00	35,14

БАТОН ПРОСТОЙ	12,8	12,8	0,99	0,13	6,09	29,55
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	17,5	17,5	0,49	0,54	0,80	10,19
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
ИКРА 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 СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,42	0,21	24,55	104,24
*ЯБЛОКИ	40,9	36	0,14	0,14	3,42	16,41
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВИШНЯ	42,3	36	0,28	0,07	3,71	18,16
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	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
ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	2,98	0,40	19,08	91,78
*ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	45	2,98	0,40	19,08	91,78
			<b>19,85</b>	<b>15,60</b>	<b>86,76</b>	<b>569,97</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	20,56	14,24	25,33	315,69
*ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	106,2	106,2	18,55	9,27	3,09	174,10
*КРУПА МАННАЯ	6,9	6,9	0,69	0,07	4,72	22,02
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0,00	0,00	8,90	35,61
*ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,6	0,56	0,51	0,03	7,00
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,59	0,00	2,75	13,33
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,12	0,67	0,16	7,14
*ЯБЛОКИ	8,6	7,5	0,03	0,03	0,72	3,42
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0,00	0,00	4,16	16,65
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1	1	0,00	0,00	0,76	3,04
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,8	26,8	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		180	0,18	0,07	24,83	101,94
*СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕ МОРОЖЕННАЯ	18	18	0,17	0,07	1,27	7,68
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,1	8,1	0,01	0,00	6,14	24,59
			<b>20,74</b>	<b>14,31</b>	<b>58,41</b>	<b>450,63</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,15</b>	<b>49,21</b>	<b>226,30</b>	<b>1 583,37</b>