

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		40	4,32	5,47	9,33	82,67
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,95	0,05	44,88
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	34	34	2,55	0,99	17,48	89,08
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		180	5,26	5,26	26,67	174,79
КРУПА МАННАЯ	26,8	26,8	2,68	0,26	18,35	85,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,9	57,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,9	90,9	2,56	2,20	4,23	47,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,26	2,56	13,02	88,84
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,9	2,9	0,29	0,00	1,51	7,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0,00	0,00	6,59	26,32
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105,61	105,61	2,97	2,56	4,92	55,32
			12,84	13,29	49,02	346,30
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/20	4,50	2,40	12,50	92,00
КАРТОФЕЛЬ	110,17	66,1	1,28	0,25	10,45	49,37
МОРКОВЬ	8,8	6,6	0,09	0,01	0,45	2,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,5	21,3	3,84	3,31	0,00	45,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,8	0,03	0,00	0,15	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)		150	2,69	7,83	14,27	139,22
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41

МОРКОВЬ	36	27	0,34	0,03	1,80	9,17
ТЫКВА СВЕЖАЯ	25,71	18	0,17	0,02	0,77	4,02
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	28,85	15	0,37	0,05	0,61	4,37
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,46	12	0,36	0,02	0,76	4,66
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,71	30	0,41	0,06	2,39	11,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
МОРКОВЬ	3,47	2,6	0,03	0,00	0,17	0,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,07	0,9	0,01	0,00	0,07	0,36
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0,00	0,00	0,87	3,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		70	9,16	5,64	6,05	111,61
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	49,4	47,6	7,39	0,28	0,00	31,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,4	7,4	0,54	0,20	3,69	18,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,2	11,2	0,31	0,27	0,52	5,87
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,6	10,6	0,30	0,26	0,49	5,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,2	2,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		180	0,50	0,16	24,23	102,56
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	22,6	22,6	0,50	0,16	12,61	56,12
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,63	1,05	18,06	92,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,63	1,02	17,99	91,70
			21,90	17,32	88,71	605,49
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		150/13	26,60	13,60	33,00	376,36
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	141,8	141,8	24,75	12,38	4,12	232,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	9,6	9,6	0,96	0,10	6,58	30,63
САХАР ПЕСОК	13,6	13,6	0,00	0,00	13,16	52,63
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0,00	4,17	0,00	37,50
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,8	6,8	0,17	0,99	0,23	13,59
ДЖЕМ	13	13	0,08	0,01	9,20	35,81
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
ПРЯНИК		30	1,72	1,37	21,83	106,51
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,72	1,37	21,83	106,51
АПЕЛЬСИН		80	0,72	0,16	6,48	34,40
АПЕЛЬСИН	119,4	80	0,72	0,16	6,48	34,40
			35,04	19,13	71,11	616,17

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	73,28	52,87	214,48	1 638,60
----------------	-------	-------	--------	----------