



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,3	2,7	14,4	95,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК(1)	1	1	0,1	0	0,5	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,9	8,9	0	0	8,6	34,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	117,6	112	3,1	2,7	5,2	58,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	10	10	0,1	7,3	0,1	66,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		30	2,0	0,7	13,1	66,9
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30	2	0,8	13,1	66,9
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ (1)		150	3,4	4,6	12,5	105,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"(1)	9,7	9,7	1,2	0,6	5,8	33,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	84	80	2,2	1,9	3,7	41,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3	3	0	2,1	0	19,3
			8,8	15,3	40,1	334,6
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ (85)		150	0,1		9,9	41,1
АПЕЛЬСИН	22,5	15	0,1	0	1,2	6,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			0,1		9,9	41,1
Обед						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,2		11,4	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	7	6,86	0,2	0	3,4	14,4
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0	0	8,1	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ СВИНИНЫ		150	8,8	21,1	30,8	348,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3,5	3,5	0	2,4	0	22,5
МОРКОВЬ	13,5	10,8	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,67	7,8	0,1	0	0,6	3,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,2	0	0,7	3,5
КРУПА РИСОВАЯ	40	40	2,7	0,4	28,7	129,2
СВИНИНА МЯСНАЯ	47,5	40,4	5,6	13,1	0	139,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,3	5,3	0	5,1	0	46,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0

ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (1)		30	1,3	1,4	2,8	28,4
СВЕКЛА	29,63	23,7	0,4	0	2	9,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,89	5,3	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,9	0,9	0	0	0,2	0,9
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ(1)		146/4	1,6	3,2	8,9	76,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ(1)	36,5	29,2	0,5	0	1,4	8,0
КАРТОФЕЛЬ	41,71	29,2	0,6	0,1	4,7	21,8
МОРКОВЬ	8,5	6,8	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,78	6,1	0,1	0	0,5	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116,9	116,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
			13,9	26,0	66,6	560,5
Полдник						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(1)		50	6,6	4,3	7,9	96,2
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	37,56	33,5	5,1	0,3	0	23,4
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	11,3	11,3	0,8	0,3	4,9	25,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8	0	3,7	0	33,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		30	2,0	0,7	13,1	66,9
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30	2	0,8	13,1	66,9
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА(1)		160	0,1		5,0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ(1)	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ (1)		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ(1)	20	20	1,5	2	14,9	83,4
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ(1)		120/20	2,8	4,5	20,1	136,7
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОРКОВЬ	6,25	5	0,1	0	0,3	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,89	4,4	0,1	0	0,4	1,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ(1)	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,5	10,5	0,3	1,6	0,4	21,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 (85)	3,5	3,5	0	2,4	0	22,5
			13,0	11,5	61,0	403,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,8	52,8	177,6	1 339,5