

## МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,2	4,1	7,0	62,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		5,5	6,2	26,2	183,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,1		8,5	36,0
			<b>8,8</b>	<b>10,3</b>	<b>41,7</b>	<b>281,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,6	0,6	14,8	66,3
ЯБЛОКИ	171	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,8</b>	<b>66,3</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,3	0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10		4,1	4,5	7,9	88,6
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60		10,9	5,5	2,5	103,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120		2,3	3,9	15,6	107,4
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,1	0,1	19,7	80,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,0	0,1	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>19,8</b>	<b>14,6</b>	<b>60,5</b>	<b>456,0</b>
<b>Полдник</b>						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160		6,5	9,8	17,7	209,2
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5				5,3	21,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,0	0,1	6,4	31,0
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50		6,7	3,8	25,9	164,6
			<b>14,2</b>	<b>13,7</b>	<b>55,3</b>	<b>425,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,4</b>	<b>39,2</b>	<b>172,3</b>	<b>1 229,5</b>

## МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,8	6,1	20,9	154,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,2	1,8	13,6	77,0
			<b>10,4</b>	<b>14,8</b>	<b>44,5</b>	<b>300,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	14,7	66,9
			<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>66,9</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	3,2	4,0	5,0	92,4
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	21,0	8,5	17,9	253,1
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150		150	0,5	0,2	11,9	60,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>27,2</b>	<b>13,4</b>	<b>50,4</b>	<b>486,1</b>
<b>Полдник</b>						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	8,2	3,2	1,5	68,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,4	3,7	15,7	107,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,1	0,1	18,1	75,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	5,0	1,6	28,1	145,7
			<b>16,7</b>	<b>8,7</b>	<b>69,8</b>	<b>427,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>55,1</b>	<b>37,1</b>	<b>179,4</b>	<b>1 280,0</b>

## МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,6	1,8	24,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,3	16,7	2,3	119,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
			<b>17,4</b>	<b>22,8</b>	<b>32,6</b>	<b>295,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,6	0,5	15,5	70,5
			<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>70,5</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,1	6,3	5,6	97,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,1	15,3	3,5	134,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5,8	4,8	26,8	174,0
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10			7,6	29,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
			<b>26,3</b>	<b>26,5</b>	<b>50,9</b>	<b>471,8</b>
<b>Полдник</b>						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,5	13,4	11,9	224,9
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,8	6,8	30,0	196,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,1		14,1	54,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>21,9</b>	<b>23,4</b>	<b>68,0</b>	<b>576,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,2</b>	<b>73,2</b>	<b>167,0</b>	<b>1 414,5</b>

# 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>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,0	7,3	18,3	158,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
			<b>12,0</b>	<b>14,6</b>	<b>40,9</b>	<b>327,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	69,0
			<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>69,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,7	6,1	5,1	77,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,1	6,2	7,5	104,5
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	8,6	4,5	5,2	95,3
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,1	1,6	9,0	63,7
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			7,0	28,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,6	0,2	10,6	51,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>18,2</b>	<b>19,1</b>	<b>52,1</b>	<b>460,3</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,7	9,1	16,1	221,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,4	3,0	7,3	74,2
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
МАНДАРИН		120	1,0	0,2	9,0	45,6
			<b>25,4</b>	<b>15,2</b>	<b>54,7</b>	<b>465,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,4</b>	<b>49,1</b>	<b>162,9</b>	<b>1 322,2</b>

# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"		150	2,6	2,5	18,5	128,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,2	1,8	13,6	77,0
			<b>9,2</b>	<b>11,2</b>	<b>42,1</b>	<b>274,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,6	0,5	15,5	70,5
			<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>70,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,6	2,3	1,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	3,4	1,8	9,4	67,4
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	12,2	11,4	25,0	251,6
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	0,8	1,2	14,9
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,3		5,8	85,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,6	0,2	10,6	51,6
			<b>18,4</b>	<b>16,5</b>	<b>53,2</b>	<b>507,0</b>
<b>Полдник</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,6	0,1	1,9	12,0
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	4,2	6,7	23,1	192,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,1		5,1	21,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6,1	3,1	21,2	138,0
			<b>12,0</b>	<b>10,0</b>	<b>57,7</b>	<b>394,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>40,2</b>	<b>38,2</b>	<b>168,5</b>	<b>1 245,8</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,4	4,7	13,7	142,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
			<b>7,6</b>	<b>9,2</b>	<b>42,2</b>	<b>294,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	69,0
			<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>69,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	2,7	3,4	15,0	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	8,9	2,8	4,5	78,1
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	1,7	0,1	7,8	69,4
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,1	0,1	18,9	87,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>15,8</b>	<b>7,0</b>	<b>61,3</b>	<b>436,3</b>
<b>Полдник</b>						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8,9	6,7	9,0	205,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,3	3,9	15,6	107,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			5,3	21,0
			<b>13,3</b>	<b>11,2</b>	<b>44,0</b>	<b>403,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,5</b>	<b>27,6</b>	<b>162,7</b>	<b>1 203,1</b>

## МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1,2	2,1	2,4	32,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,3	13,9	1,9	93,2
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
			<b>18,5</b>	<b>23,3</b>	<b>26,9</b>	<b>294,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,6	0,5	15,5	70,5
			<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>70,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		40	0,3		3,2	33,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,1	3,4	3,0	107,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	11,2	2,4	9,3	103,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,8	4,1	11,4	89,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3		5,8	85,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>19,8</b>	<b>10,5</b>	<b>46,8</b>	<b>487,3</b>
<b>Полдник</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	63,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,1	1,6	9,0	63,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		30	4,2	5,4	22,4	152,0
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10			7,6	29,5
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>16,4</b>	<b>14,8</b>	<b>55,5</b>	<b>429,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>55,3</b>	<b>49,1</b>	<b>144,7</b>	<b>1 282,2</b>

**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>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,2	5,6	18,7	142,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,2	1,8	13,6	77,0
			<b>10,8</b>	<b>14,3</b>	<b>42,3</b>	<b>288,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	69,0
			<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>69,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,5	3,3	11,9	96,1
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		50	10,6	5,8	1,8	114,2
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,8	6,7	14,1	134,0
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА		150	0,1		30,9	121,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>21,5</b>	<b>16,6</b>	<b>80,6</b>	<b>574,7</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,4	9,5	13,0	199,1
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,4	3,0	7,3	74,2
МАНДАРИН		120	1,0	0,2	9,0	45,6
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,9	6,9	30,0	197,9
			<b>23,7</b>	<b>19,6</b>	<b>59,3</b>	<b>516,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,8</b>	<b>50,7</b>	<b>197,4</b>	<b>1 448,6</b>

## МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,0	7,3	18,3	128,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
			<b>9,2</b>	<b>11,8</b>	<b>46,8</b>	<b>280,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,1	6,2	7,5	104,5
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		60	12,8	0,4	0,4	56,2
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	1,0	1,2	14,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,6	4,0	17,1	117,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,1		7,1	29,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,1	8,5	41,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>22,6</b>	<b>12,2</b>	<b>50,2</b>	<b>407,0</b>
<b>Полдник</b>						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,5	13,4	11,9	224,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,1	0,1	7,9	33,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3,5	5,1	17,4	129,2
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>21,6</b>	<b>21,8</b>	<b>49,2</b>	<b>488,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,8</b>	<b>46,2</b>	<b>156,0</b>	<b>1 222,8</b>

## МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,8	6,1	20,9	154,1
ЧАЙ С САХАРОМ		186			8,4	33,6
			<b>7,0</b>	<b>10,2</b>	<b>36,3</b>	<b>249,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	69,0
			<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>69,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,6	2,3	3,2	36,5
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,3	5,6	9,8	97,4
СУФЛЕ КУРИНОЕ		60	9,3	12,2	2,2	155,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	3,2	2,7	15,5	97,4
НАПИТОЕ ИЗ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	11,9	60,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,7	51,7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
			<b>20,7</b>	<b>23,7</b>	<b>61,0</b>	<b>538,5</b>
<b>Полдник</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	14,0	13,2	13,5	144,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,3		20,8	85,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4,2	3,2	28,8	159,7
			<b>19,8</b>	<b>16,5</b>	<b>70,5</b>	<b>425,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,3</b>	<b>50,6</b>	<b>183,0</b>	<b>1 282,5</b>

