

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 1**

| Наименование блюда                                      | Выход     |          | Химический состав |         |                | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|----------------|-------------------------------------|
|                                                         | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы,<br>г |                                     |
| Завтрак                                                 |           |          |                   |         |                |                                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 180       | 4,0      | 5,6               | 24,3    | 166,0          |                                     |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                      | 40        | 1,6      | 0,5               | 24,6    | 110,0          |                                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                           | 180       | 2,1      | 1,7               | 11,5    | 70,0           |                                     |
|                                                         |           | 7,7      | 7,8               | 60,4    | 346,0          |                                     |
| II Завтрак                                              |           |          |                   |         |                |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                                | 180       | 0,9      | 0,2               | 18,2    | 83,0           |                                     |
|                                                         |           | 0,9      | 0,2               | 18,2    | 83,0           |                                     |
| Обед                                                    |           |          |                   |         |                |                                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ                  | 60        | 0,6      | 3,7               | 2,1     | 46,0           |                                     |
| БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)                               | 200       | 2,4      | 6,3               | 8,3     | 99,0           |                                     |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                           | 70        | 7,4      | 4,9               | 5,7     | 104,0          |                                     |
| КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ                             | 140       | 2,1      | 2,9               | 25,1    | 135,0          |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 30        | 2,0      | 0,3               | 13,9    | 66,0           |                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 30        | 2,3      | 0,8               | 15,9    | 80,0           |                                     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                             | 180       | 0,6      | 0,3               | 16,7    | 71,0           |                                     |
|                                                         |           | 17,4     | 19,2              | 87,7    | 601,0          |                                     |
| Полдник                                                 |           |          |                   |         |                |                                     |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                           | 200       | 11,2     | 9,4               | 19,9    | 226,0          |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20        | 1,3      | 0,2               | 9,3     | 44,0           |                                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                           | 180       | 0,1      | 0,0               | 6,2     | 25,0           |                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 30        | 2,3      | 0,8               | 15,9    | 80,0           |                                     |
| БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                      | 50        | 3,0      | 3,2               | 30,3    | 162,0          |                                     |
|                                                         |           | 17,9     | 13,6              | 81,6    | 537,0          |                                     |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                          |           | 43,9     | 40,8              | 247,9   | 1 567,0        |                                     |