

**МЕНЮ 3,09,24**  
**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>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ		200	7,5	9,3	29,9	233,8
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,6	4,8	13,8	117,4
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>14,9</b>	<b>18,6</b>	<b>60,9</b>	<b>471,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖ. ПОМИДОРЫ		50	1,2	3,9	2,5	51,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,3	11,4	18,2	203,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	4,0	4,4	27,7	166,4
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ		70	21,9	7,4	5,3	200,7
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,2	0,1	15,1	62,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>40,3</b>	<b>27,7</b>	<b>99,9</b>	<b>831,7</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР		200	5,6	4,9	7,8	102,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,4
			<b>7,9</b>	<b>7,8</b>	<b>30,1</b>	<b>228,2</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		220	24,8	17,3	7,7	287,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,2		8,3	34,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			<b>27,0</b>	<b>17,6</b>	<b>28,7</b>	<b>383,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>90,6</b>	<b>70,0</b>	<b>232,1</b>	<b>1 958,1</b>