

Утверждаю

Заведующий

Горинова Л.И.

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,50	5,82	26,24	179,81
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,35	0,38	19,76	95,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,16	0,01	6,21	26,76
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ЛИМОН	11,83	7,1	0,06	0,01	0,20	2,34
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,6	157,6	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,90	9,93	39,45	268,57
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,80	66,30
ЯБЛОКИ	171	150	0,60	0,60	14,70	70,50
			0,60	0,60	14,80	66,30
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	41,24	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10		3,55	4,07	7,81	82,07
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	15,48	13	2,35	2,02	0,00	27,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60		10,24	5,16	2,55	97,30

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	57,29	55	8,54	0,32	0,00	36,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,36	3,90	15,48	106,91
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
МОРКОВЬ	31,25	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,06	0,06	6,37	26,69
ЯБЛОКИ	18,3	16,1	0,06	0,06	1,53	7,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			18,61	13,81	47,01	388,47
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	16,78	17,84	26,57	333,95
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	87,91	80	14,12	14,28	0,00	184,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МОРКОВЬ	16,25	13	0,16	0,01	0,87	4,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78
КРУПА РИСОВАЯ	35,4	35	2,38	0,34	25,12	113,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	6,55	3,73	25,87	163,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	0,37	19,87	94,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	2,32	1,15	0,39	21,76
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,01	0,00	5,21	20,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			24,34	21,69	64,05	549,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,45	46,03	165,31	1 272,64



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,71	5,66	22,99	158,36
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,56	0,22	16,51	74,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,30	14,36	46,59	304,36
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	15,15	64,50
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,40	0,10	1,50	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	42,3	40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		4,14	4,08	13,18	106,05
КАРТОФЕЛЬ	68,47	51,35	1,00	0,20	8,12	38,35
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,3	13,01	2,30	2,32	0,00	30,03
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150		16,87	6,57	16,75	210,97
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	86,24	80,2	13,93	2,88	0,00	98,79
КРУПА РИСОВАЯ	19	19	1,29	0,18	13,64	61,37

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	45	38	0,51	0,08	3,03	15,11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,25	0,89	0,81	0,05	11,04
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,047 шт.	1,9	0,23	0,21	0,01	2,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ		20	0,40	1,24	1,32	18,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,50	0,20	18,30	77,30
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			24,41	12,81	65,15	492,22
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	7,70	3,06	1,52	64,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	47,71	45,8	7,11	0,26	0,00	30,65
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,33	3,21	15,71	101,18
КАРТОФЕЛЬ	125,47	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,4	17,4	0,49	0,43	0,81	9,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,96	1,60	29,41	151,78
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,5	40,5	4,24	0,51	27,46	131,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,07	0,07	6,59	27,73
ЯБЛОКИ	20,9	18,39	0,07	0,07	1,75	8,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,06	8,06	59,63	375,95
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,52	35,38	186,52	1 237,03



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	13,25	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,90	1,60	1,80	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬКИЙ КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,88	0,06	1,85	11,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		12,30	16,70	2,30	119,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,58	11,41	10,33	0,63	140,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	0,96	0,83	1,60	17,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,40	22,80	32,60	295,30
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	170,5	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		3,81	5,93	5,72	94,24
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,35	0,07	2,84	13,44
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	16,67	14	2,52	2,17	0,00	29,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50		11,57	11,35	3,50	162,31
ГОВЯДИНА Б/К	72,38	60,8	10,97	9,44	0,00	128,56
МОРКОВЬ	20,88	16,7	0,21	0,02	1,12	5,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,12	0,02	0,66	3,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110		6,14	4,80	27,78	178,70
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,1	50,1	6,12	1,60	27,75	149,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10		0,12	0,03	7,43	29,18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,6	130,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10,1	10,1	0,04	0,03	7,27	28,22
			22,94	22,23	51,83	501,03
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160		13,23	12,40	11,70	214,36
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,40	0,08	3,65	21,73
ГОВЯДИНА Б/К	66,67	56	10,11	8,69	0,00	118,42
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		3,90	4,66	31,27	182,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,1	34,1	3,57	0,43	23,12	110,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150		0,08	0,01	5,10	22,32
ЛИМОН	15	9	0,08	0,01	0,26	2,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100		2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			21,01	19,69	58,97	506,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,95	65,22	158,90	1 373,35



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,69	7,24	11,37	117,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,65	0,64	11,31	57,64
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		4,99	6,91	20,40	164,17
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,63	3,01	11,15	87,29
КАКАО-ПОРОШОК	2,3	2,3	0,54	0,34	0,22	6,45
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,31	17,16	42,92	368,94
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,80	0,20	14,80	65,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,80	0,20	14,80	65,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,64	6,12	4,74	76,65
КАРТОФЕЛЬ	38,4	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,6	6	0,08	0,01	0,19	1,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,90	5,92	8,12	104,04
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,28	0,02	0,73	4,35
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	16,67	14	2,52	2,17	0,00	29,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,99	4,21	5,22	90,80
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	42,5	40,8	6,33	0,23	0,00	27,31
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,47	0,18	3,19	16,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,27	0,23	0,45	5,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,47	1,26	6,30	46,56
МОРКОВЬ	24	19,2	0,24	0,02	1,28	6,52
РЕПА	27,3	20,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	16,31	10,6	0,32	0,02	0,67	4,11
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27,75	22,2	0,39	0,02	1,01	6,03
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,16	8,50	41,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			16,40	18,17	47,58	426,65
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,90	11,59	16,32	245,68
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,08	0,44	0,11	5,99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ		20	1,48	1,88	14,62	81,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,48	1,88	14,62	81,40
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			24,38	16,97	53,74	471,78
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,89	52,50	159,04	1 332,37



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150		4,52	6,60	20,14	158,84
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,19	5,12	25,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,11	15,30	43,74	304,84
II Завтрак						
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	105		0,84	0,21	7,88	39,90
МАНДАРИН	142,8	105	0,84	0,21	7,88	39,90
			0,84	0,21	7,88	39,90
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	1,20	36,50
СВЕКЛА	47,5	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		4,54	4,48	10,50	100,55
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	20,36	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	0,96	0,12	0,11	0,01	1,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	12,23	11,56	24,76	251,91
ГОВЯДИНА Б/К	59,52	50	9,02	7,76	0,00	105,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КАРТОФЕЛЬ	191,67	143,75	2,79	0,56	22,73	107,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,25	0,00	1,19	5,80
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	0,80	1,20	14,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,30	0,00	5,80	85,00
КУРАГА	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,16	8,50	41,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			19,27	19,30	51,96	530,16
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	52,9	50	0,55	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	5,80	7,32	21,90	176,80
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,5	30,5	3,26	0,39	20,86	100,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,54	0,48	0,90	10,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,33	0,16	8,53	41,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6,01	3,18	21,16	137,43
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,032 шт.	1,29	0,16	0,15	0,01	1,97
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	16	16	2,79	1,40	0,47	26,23
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,03	0,00	5,09	21,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	5	3	0,03	0,00	0,09	0,99
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00

	13,77	10,76	58,58	388,56
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	44,99	45,57	162,16	1 263,46



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	13,25	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,50	6,23	26,97	186,50
ПШЕНО	30	30	3,35	0,79	20,49	102,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,70	10,73	55,47	338,50
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	15,15	64,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10		4,60	3,68	19,29	128,97
КАРТОФЕЛЬ НОВЫЙ УРОЖАЙ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,2	12	2,68	0,18	5,60	34,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,16	0,45	7,97	40,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60		8,36	2,75	4,55	76,27
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	46,88	45	6,98	0,26	0,00	30,12
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,66	0,25	4,49	22,87

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,143 шт.	5,76	0,71	0,64	0,04	8,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	2,73	3,29	11,87	88,57
МОРКОВЬ	33	26,4	0,33	0,03	1,77	8,96
КАРТОФЕЛЬ	33,07	24,8	0,49	0,10	3,92	18,53
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,4	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33	26,4	0,47	0,03	1,20	7,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,10	0,09	11,52	47,80
ЯБЛОКИ	25,5	22,44	0,09	0,09	2,13	10,23
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0,00	0,00	0,00	0,00
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0,01	0,00	4,55	18,22
			18,19	10,43	62,33	417,51
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	10,22	9,43	8,94	161,32
ГОВЯДИНА Б/К	57,14	48	8,66	7,45	0,00	101,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,78	0,30	5,34	27,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,35	2,65	15,54	95,85
КАРТОФЕЛЬ	112,93	84,7	1,64	0,33	13,40	63,26
МОРКОВЬ	26	20,8	0,26	0,02	1,40	7,06
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,5	15,5	0,44	0,38	0,72	8,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			14,67	12,70	45,58	355,47
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,31	34,01	178,53	1 175,98

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		4,45	5,66	22,23	157,47
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,04	14,36	45,83	303,47
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	15,15	64,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,11	4,97	11,80	110,73
КАРТОФЕЛЬ	90	67,5	1,31	0,26	10,67	50,42
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	15,38	14	2,47	2,50	0,00	32,32
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50		9,94	4,87	1,80	101,93
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	55,91	52	9,03	1,86	0,00	64,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72

КАРТОФЕЛЬ	6,67	5	0,10	0,02	0,80	3,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ		20	0,40	1,24	1,32	18,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,78
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,47	3,90	14,02	105,66
КАРТОФЕЛЬ	64	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	28,04	22,43	0,28	0,02	1,50	7,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,25	8,25	0,20	1,20	0,28	16,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,72	0,04	16,53	69,91
КУРАГА	14	14	0,71	0,04	6,93	31,51
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168	168	0,00	0,00	0,00	0,00
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5	5	0,01	0,00	3,79	15,18
			21,14	15,82	67,37	515,23
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,20	7,30	12,90	177,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,11	6,39
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,90	4,66	31,27	182,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,1	34,1	3,57	0,43	23,12	110,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50

ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			23,10	15,46	66,97	504,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,03	45,79	195,32	1 387,24



МЕНЮ

Если 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,20	2,10	2,40	32,40
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,18	0,08	2,47	15,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,4	0,01	0,00	0,03	0,20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		10,30	13,92	1,92	93,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,92 шт.	77,28	9,52	8,62	0,52	117,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,81	0,70	1,33	14,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,7	4,7	0,00	4,56	0,00	40,98
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,60	2,99	11,14	87,01
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,51	0,32	0,21	6,17
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,34	23,11	22,46	274,61
II Завтрак						
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	105		0,84	0,21	7,88	39,90
МАНДАРИН	142,8	105	0,84	0,21	7,88	39,90
			0,84	0,21	7,88	39,90
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40		0,34	0,04	3,15	33,00
МОРКОВЬ	26,5	21,2	0,27	0,02	1,42	7,20
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,07	0,07	1,72	8,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,98	6,04	10,03	112,89
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,28	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	16,67	14	2,52	2,17	0,00	29,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		55	11,22	2,36	9,33	103,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	48,35	44	7,77	7,86	0,00	101,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,77	2,53	11,33	74,92
СВЕКЛА	150	120	1,75	0,12	10,24	48,89
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,33	0,16	8,53	41,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,30	0,00	5,80	85,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,34	0,08	9,57	40,89
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,04	11,63	55,87	489,44
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,45	2,25	0,15	31,46
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,499 шт.	20,1	2,47	2,24	0,14	30,61
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,38	1,26	6,03	45,02
МОРКОВЬ	22,75	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
РЕПА	24,7	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,36	0,16	8,48	40,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ		20	1,48	1,88	14,62	81,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,48	1,88	14,62	81,40
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,08	0,04	6,83	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			9,55	8,09	40,61	283,18
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,77	43,04	126,82	1 087,13



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,29	2,95	16,26	95,60
ДЖЕМ	13,25	11	0,07	0,01	8,02	31,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		4,99	6,91	20,40	164,17
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,08	12,26	49,36	343,77
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	41,24	40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,83	5,91	7,93	102,95
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	16,67	14	2,52	2,17	0,00	29,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60		11,00	0,40	0,00	139,00

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	80	76,8	11,92	0,45	0,00	51,40
МОРКОВЬ	3	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,51	4,21	17,07	116,50
КАРТОФЕЛЬ	136,72	102,54	1,99	0,40	16,21	76,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,30	0,13	8,50	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158		0,10	0,00	5,06	20,92
ЛИМОН	3,1	1,86	0,02	0,00	0,06	0,61
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
			20,44	12,15	48,16	479,67

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160		13,05	12,35	12,18	215,22
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА Б/К	64,29	54	9,74	8,38	0,00	114,19
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50		3,63	4,93	18,71	133,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	22,5	22,5	2,36	0,28	15,26	72,90
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,006	0,006	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,26	0,28	0,25	0,02	3,44
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,07	0,05	6,60	27,37
ГРУША	20	17,6	0,07	0,05	1,76	8,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			20,55	19,95	48,39	463,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,57	44,86	166,91	1 383,32



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,36	2,98	16,05	95,38
ДЖЕМ	12,05	10	0,06	0,01	7,29	28,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17	17	1,28	0,49	8,74	44,54
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,80	5,74	23,13	159,93
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,56	0,22	16,51	74,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	33,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,5	194,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			5,16	8,72	47,58	288,87
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	15,15	64,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	3,20	36,50
СВЕКЛА	47,5	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,67	6,00	7,92	102,88
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,28	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	16,67	14	2,52	2,17	0,00	29,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	35/50		8,44	11,86	3,68	155,16
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	46,34	42,17	7,44	7,53	0,00	97,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0,00	3,78	0,00	34,01
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,7	20,7	0,58	0,50	0,96	10,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110		3,84	2,87	24,50	139,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35,8	35,8	3,82	0,46	24,48	117,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,36	0,16	8,56	41,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150		0,07	0,05	6,62	27,46
ГРУША	20,2	17,78	0,07	0,05	1,78	8,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,08	23,74	62,18	541,80
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120		12,36	11,11	13,53	203,47
ГОВЯДИНА Б/К	70,36	59,1	10,66	9,18	0,00	124,97
КАРТОФЕЛЬ	109,2	81,9	1,59	0,32	12,95	61,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,33	0,16	8,53	41,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50		4,26	2,66	30,06	160,80
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,56	37,56	3,94	0,48	25,46	121,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,16	0,02	1,00	4,79
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖОЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0,00	0,24	0,00	2,18
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150		0,30	0,00	20,80	85,00
КУРАГА	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,55	13,93	73,92	496,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,54	46,54	198,83	1 391,37