



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						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	150		3,99	5,31	14,31	121,49
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	12	12	1,44	0,72	7,20	40,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30		2,18	2,85	21,65	121,35
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,18	2,85	21,65	121,35
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,00	0,00	8,71	34,83
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,5	109,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
			6,17	8,16	44,67	277,67
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	14,85	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	14,85	64,50
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ)	150		3,65	1,80	11,75	77,97
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	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	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13	12,94	2,89	0,20	6,03	37,53
*КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60		6,99	14,98	11,71	209,58
СВИНИНА МЯСНАЯ	42,35	36	5,00	11,63	0,00	124,66
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	15	15	1,10	0,43	7,48	38,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ЧЕСНОК	0,7	0,6	0,04	0,00	0,17	0,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
*СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30/30		0,36	0,91	2,07	18,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,2	46,2	0,00	0,00	0,00	0,00

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
МОРКОВЬ	4,63	3,7	0,05	0,00	0,25	1,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,1	0,9	0,01	0,00	0,07	0,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ	110		2,64	3,50	27,67	152,65
КРУПА РИСОВАЯ	38,9	38,5	2,62	0,38	27,64	124,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	231	231	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			15,96	21,50	75,78	560,59
Уплотненный полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		10,52	14,73	3,15	187,56
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,8 шт.	72,45	8,92	8,08	0,49	110,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	56	56	1,57	1,36	2,61	29,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,6	6,6	0,03	5,29	0,05	47,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,25	2,86	0,00	35,31
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,25	2,86	0,00	35,31
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			14,69	18,32	23,82	319,82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,57	48,13	159,12	1 222,58



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,01	2,06	0,02	18,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,06	0,02	18,70
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		3,99	4,75	15,59	121,59
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	13	12,87	1,44	0,16	8,48	41,07
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,81	2,37	12,40	82,96
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,23	0,15	0,10	2,80
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,58	2,22	4,27	48,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,69	9,91	40,86	288,75
II Завтрак						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,06	0,00	11,75	47,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			2,31	2,94	34,07	172,26
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150		3,39	6,24	5,81	93,48
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,35	0,07	2,84	13,44
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	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
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15	11,25	2,03	1,75	0,00	23,79
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,24	1,46	0,34	15,52
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00

*РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60/40		14,09	3,72	3,37	104,16
*РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	98,4	87,1	13,43	0,76	0,00	60,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,4	26,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	39,25	31,4	0,40	0,03	2,10	10,66
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,6	11,4	0,16	0,02	0,90	4,53
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110		2,48	3,71	14,52	101,69
КАРТОФЕЛЬ	103,13	82,5	1,60	0,32	13,05	61,62
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,8	30,8	0,86	0,75	1,44	16,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150		0,10	0,04	8,43	35,10
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,10	0,04	0,69	4,14
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,7	129,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			22,38	14,02	46,97	405,82
Уплотненный полдник						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/30		17,63	15,04	33,23	341,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,2	19,2	0,54	0,47	0,89	10,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
*ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,22	6,11	2,04	114,75
КРУПА МАННАЯ	6,2	6,2	0,62	0,06	4,25	19,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,286 шт.	11,51	1,42	1,28	0,08	17,53
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0,00	0,00	6,00	24,00
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0,02	2,48	0,02	22,49
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,1	3,1	0,40	0,00	1,85	8,98
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,1	3,1	0,08	0,46	0,11	4,81
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,10	2,47	16,15	95,45
			19,55	15,77	53,90	438,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,93	42,64	175,80	1 305,23



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		3,69	4,75	19,19	134,88
КРУПА РИСОВАЯ	17	16,83	1,14	0,16	12,08	54,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	150		2,28	1,93	12,50	76,96
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,5	79,5	2,24	1,93	3,71	41,64
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
			7,88	11,54	44,58	314,74
II Завтрак						
СНЕЖОК	150		4,22	3,64	5,82	77,12
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
			4,22	3,64	5,82	77,12
Обед						
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРОЙ	150		6,05	5,58	9,25	111,53
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,28	0,16	8,21	39,34
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,9	0,9	0,04	0,00	0,16	0,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,57	3,94	0,00	53,78
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150		0,42	0,02	10,59	44,61
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	8,3	8,3	0,42	0,02	4,10	18,68
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
*ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	20/30		8,72	10,46	3,79	154,25
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	48,6	45,2	7,85	1,62	0,00	55,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0,00	6,97	0,00	62,79
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,30	1,82	0,43	19,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,44	0,05	2,85	13,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,8	2,8	0,13	0,00	0,51	2,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,2	43,2	0,00	0,00	0,00	0,00
*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110		6,21	4,74	28,05	179,46
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	51,1	50,6	6,19	1,62	28,02	151,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,9	75,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
			23,72	21,11	66,52	561,24
Уплотненный полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	120		1,88	9,45	9,62	131,91
КАРТОФЕЛЬ	31,5	25,2	0,49	0,10	3,99	18,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,2	14,4	0,19	0,03	1,14	5,72
МОРКОВЬ	17	13,6	0,17	0,01	0,91	4,62
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	61	48,8	0,85	0,05	2,22	13,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0,03	0,00	0,13	0,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,06	0,00	11,75	47,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			3,82	10,18	34,22	244,57
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,64	46,47	151,14	1 197,67



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		3,75	4,71	15,33	118,82
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,20	0,12	8,22	38,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		3,26	2,73	14,47	96,24
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,5	61,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
			8,92	12,30	42,69	317,96
II Завтрак						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			0,04	0,00	7,82	31,45
Обед						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150		5,44	3,12	9,61	88,53
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	24	24	4,17	0,00	0,00	16,66
КАРТОФЕЛЬ	52,5	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МОРКОВЬ	12	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,07	0,01	0,38	1,91
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,03	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,001	0,001	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150		0,10	0,04	8,43	35,10
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,10	0,04	0,69	4,14
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,7	129,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
*ПЛОВ С МЯСОМ	150		8,45	18,63	25,02	301,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0,03	4,56	0,05	41,36
МОРКОВЬ	11,63	9,3	0,12	0,01	0,62	3,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,7	6,4	0,09	0,01	0,50	2,54
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,08	0,00	0,31	1,68
КРУПА РИСОВАЯ	33,2	32,8	2,23	0,32	23,54	105,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СВИНИНА МЯСНАЯ	50	42,5	5,90	13,73	0,00	147,18
			16,31	22,10	57,90	496,88
Уплотненный полдник						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	110		6,21	4,74	28,05	179,46
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	51,1	50,6	6,19	1,62	28,02	151,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,9	75,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
			8,13	5,47	48,72	276,41
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,40	39,87	157,13	1 122,70



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,43	5,04	18,60	137,98
ПШЕНО	17	16,83	1,88	0,45	11,49	57,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	150		2,30	1,93	12,55	77,19
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,5	79,5	2,24	1,93	3,71	41,64
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
			8,64	11,83	44,04	318,07
II Завтрак						
ЯБЛОКО	120		0,41	0,41	10,04	48,14
ЯБЛОКИ	120	105,6	0,41	0,41	10,04	48,14
			0,41	0,41	10,04	48,14
Обед						
*СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/15/10		1,64	4,64	9,62	87,10
СВЕКЛА	55,47	41,6	0,60	0,04	3,55	16,95
КАРТОФЕЛЬ	35,38	28,3	0,55	0,11	4,47	21,14
МОРКОВЬ	9,88	7,9	0,10	0,01	0,53	2,69
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0,00	3,01	0,00	27,03
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,24	1,46	0,34	15,52
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ С СОУСОМ	60/50		8,24	6,60	15,46	154,57
*РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	40	35,44	5,46	0,31	0,00	24,75
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	10,5	10,5	0,77	0,29	5,24	26,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,3	11,2	0,16	0,02	0,89	4,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,4	6,4	0,67	0,08	4,34	20,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20	0,49	2,91	0,68	31,04
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,1	6,1	0,64	0,08	4,13	19,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
*ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ)		110	2,22	3,86	12,54	94,41
КАРТОФЕЛЬ	72,88	58,3	1,13	0,22	9,22	43,54
МОРКОВЬ	41,25	33	0,42	0,03	2,21	11,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,1	23,1	0,65	0,56	1,08	12,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			14,42	15,41	60,20	438,43
Уплотненный полдник						
ВЕРМИШЕЛЬ С СЫРОМ		150	8,12	12,85	30,17	269,78
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44	44	4,69	0,55	30,09	144,26
СЫР РОССИЙСКИЙ	17	15	3,38	4,30	0,00	52,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
*ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
БАТОН		25	1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			10,04	13,58	50,84	366,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,51	41,23	165,12	1 171,37



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						
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		3,75	4,71	15,33	118,82
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,20	0,12	8,22	38,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30		2,18	2,85	21,65	121,35
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,18	2,85	21,65	121,35
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,00	0,00	8,71	34,83
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,5	109,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
			5,93	7,56	45,69	275,00
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	14,85	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	14,85	64,50
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150		3,08	4,47	11,89	100,29
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6	6	0,54	0,07	3,89	18,33
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	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	11,3	8,4	1,51	1,30	0,00	17,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧЕК МЯСНОЙ	60		6,99	14,98	11,71	209,58
СВИНИНА МЯСНАЯ	42,35	36	5,00	11,63	0,00	124,66
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	15	15	1,10	0,43	7,48	38,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ЧЕСНОК	0,7	0,6	0,04	0,00	0,17	0,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
*СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30		0,25	0,58	1,42	11,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,8

ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
МОРКОВЬ	3	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ	110		2,70	4,39	28,25	163,22
КРУПА РИСОВАЯ	39,7	39,3	2,67	0,38	28,21	126,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			15,34	24,73	75,85	587,42
Уплотненный полдник						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	11,70	46,93
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		5,78	4,08	24,11	156,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,5	13,5	1,42	0,17	9,16	43,74
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,39	0,16	8,89	42,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,96	2,55	4,89	55,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
			7,70	4,81	48,66	269,32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			29,72	37,25	185,05	1 196,24



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	150		4,24	4,95	19,06	138,16
ПШЕНО	11	10,89	1,21	0,29	7,44	37,18
КРУПА РИСОВАЯ	7	6,93	0,48	0,07	4,98	22,39
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
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
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,98	2,47	12,46	84,92
КАКАО-ПОРОШОК	1,7	1,7	0,40	0,25	0,16	4,76
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,58	2,22	4,27	48,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,13	12,28	44,41	325,98
II Завтрак						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,06	0,00	11,75	47,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			2,31	2,94	34,07	172,26
Обед						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150		1,68	4,55	9,04	84,17
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,75	15	0,26	0,02	0,69	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,07	0,01	0,38	1,91
МОРКОВЬ	12,25	9,8	0,13	0,01	0,66	3,33
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,001	0,001	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,24	1,46	0,34	15,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,73	0,73	0,00	0,00	0,00	0,00

*ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	30/30		5,83	13,92	0,93	152,40
СВИНИНА МЯСНАЯ	48	40,8	5,66	13,18	0,00	141,29
МОРКОВЬ	3,5	2,8	0,04	0,00	0,18	0,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,1	2,6	0,04	0,01	0,20	1,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,72	0,01	6,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,59
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,9	9,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		4,13	2,90	26,35	148,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,11	0,49	26,33	126,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66	66	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150		0,09	0,03	8,36	34,68
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	9	8,73	0,09	0,03	0,62	3,72
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,8	129,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			14,05	21,71	59,52	490,64
Уплотненный полдник						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/30		17,63	15,04	33,23	341,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,2	19,2	0,54	0,47	0,89	10,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
*ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,22	6,11	2,04	114,75
КРУПА МАННАЯ	6,2	6,2	0,62	0,06	4,25	19,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,286 шт.	11,51	1,42	1,28	0,08	17,53
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0,00	0,00	6,00	24,00
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0,02	2,48	0,02	22,49
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,1	3,1	0,40	0,00	1,85	8,98
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,1	3,1	0,08	0,46	0,11	4,81
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,10	2,47	16,15	95,45
			19,55	15,77	53,90	438,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,04	52,70	191,90	1 427,28



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН		25	1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ		150	3,86	5,25	13,71	118,08
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	11	11	1,31	0,66	6,60	37,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
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
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ		150	2,30	1,93	12,55	77,19
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,5	79,5	2,24	1,93	3,71	41,64
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
			8,07	12,04	39,15	298,17
II Завтрак						
СНЕЖОК		150	4,22	3,64	5,82	77,12
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
			4,22	3,64	5,82	77,12
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ		150	6,14	8,54	10,20	142,60
КАРТОФЕЛЬ	56,25	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	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
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,57	3,94	0,00	53,78
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,24	1,46	0,34	15,52
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
*КАПУСТА ТУШЕНАЯ		110	2,57	4,45	8,19	84,31
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	151,3	121	2,11	0,12	5,52	32,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0,00	4,27	0,00	38,37
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0,04	0,00	0,15	0,80
МОРКОВЬ	7,25	5,8	0,08	0,01	0,39	1,97

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ "РЫЖИК"	60		9,99	13,92	9,74	204,27
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	48,79	44,4	7,84	7,92	0,00	102,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	6	6	0,44	0,16	2,99	15,25
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,44	0,38	0,73	8,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
МОРКОВЬ	11,25	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,06	0,11	0,02	0,64	3,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,8	4,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	4,8	4,08	0,26	0,02	1,18	5,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			21,02	27,22	50,71	533,53
Уплотненный полдник						
*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140		10,51	11,85	3,12	161,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,8 шт.	72,45	8,92	8,08	0,49	110,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	56	56	1,57	1,36	2,61	29,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			12,43	12,58	23,79	258,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,74	55,48	119,47	1 167,21



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		3,26	2,73	14,47	96,24
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,5	61,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		3,23	6,58	22,84	155,69
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	24	23,6	2,88	0,76	13,08	70,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,5	27,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,1	97,1	2,74	2,36	4,52	50,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,40	14,17	50,20	354,83
II Завтрак						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			0,04	0,00	7,82	31,45
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	150		8,13	9,97	10,56	164,62
КАРТОФЕЛЬ	67,5	54	1,05	0,21	8,54	40,33
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0,00	1,84	0,00	16,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116	116	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,315 шт.	53	6,53	5,92	0,36	80,71
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,5	13,5	0,33	1,97	0,46	20,95
*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		7,85	20,85	16,61	285,97
СВИНИНА МЯСНАЯ	48	40,8	5,66	13,18	0,00	141,29
КАРТОФЕЛЬ	112,5	90	1,75	0,35	14,23	67,22
МОРКОВЬ	18,75	15	0,19	0,02	1,01	5,09

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,9	15	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
*САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		30	0,42	1,78	2,43	27,30
СВЕКЛА	38	28,5	0,42	0,03	2,43	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,42	0,02	10,59	44,61
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	8,3	8,3	0,42	0,02	4,10	18,68
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			19,14	32,93	55,03	593,89
Уплотненный полдник						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ		40	1,14	2,02	2,40	32,18
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	58,46	38	1,14	0,08	2,40	14,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
*ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
БАТОН		25	1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		60	8,01	2,67	4,52	74,57
*РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50	44,3	6,83	0,39	0,00	30,94
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,07	0,01	0,38	1,91
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	6	6	0,44	0,16	2,99	15,25
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,065 шт.	2,6	0,32	0,29	0,02	3,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,9	6,9	0,19	0,16	0,32	3,62
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,07	5,42	27,59	203,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,65	52,52	140,64	1 183,87



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						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,03	4,13	0,04	37,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	25		1,88	0,73	12,85	65,50
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,43	5,04	18,60	137,98
ПШЕНО	17	16,83	1,88	0,45	11,49	57,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
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
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,00	0,00	8,71	34,83
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,5	109,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,25	2,86	0,00	35,31
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,25	2,86	0,00	35,31
			8,59	12,76	40,20	311,02
II Завтрак						
ЯБЛОКО	120		0,48	0,48	11,76	56,40
ЯБЛОКИ	136,3	120	0,48	0,48	11,76	56,40
			0,48	0,48	11,76	56,40
Обед						
БУЛЬОН ИЗ КУР С ГРЕНКАМИ	150		4,38	6,13	7,50	102,84
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,27	2,81	0,00	38,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,6	0,04	0,01	0,20	1,04
МОРКОВЬ	3,25	2,6	0,03	0,00	0,17	0,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
*БАТОН НАРЕЗНОЙ	14,3	14,3	1,04	0,40	7,13	36,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150		0,10	0,04	8,43	35,10
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,10	0,04	0,69	4,14
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39

*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	100/40		8,81	18,96	16,71	272,95
СВИНИНА МЯСНАЯ	52,5	44,6	6,19	14,40	0,00	154,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,8	4,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,115 шт.	4,6	0,56	0,51	0,03	7,00
КРУПА РИСОВАЯ	14,6	14,4	0,98	0,14	10,34	46,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,8	30,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	2,3	1,9	0,12	0,01	0,55	2,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	137,6	137,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,9	19,3	0,26	0,04	1,53	7,67
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0,00	3,78	0,00	34,01
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,09	0,00	0,33	1,78
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,8	5,8	0,61	0,08	3,93	18,79
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ	40		1,08	4,39	4,23	60,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,69	29,83	51,71	543,13
Уплотненный полдник						
*ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,04	0,00	7,82	31,45
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130		1,85	4,38	9,92	87,30
КАРТОФЕЛЬ	45	36	0,70	0,14	5,69	26,89
МОРКОВЬ	26	20,8	0,26	0,02	1,40	7,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,1	10,4	0,15	0,02	0,82	4,13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,75	35	0,61	0,04	1,60	9,51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2	0,03	4,16	0,04	37,73
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
			1,89	4,38	17,74	118,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,65	47,45	121,41	1 029,30