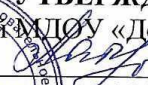


**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 246»**

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий МДОУ «Детский сад № 246»  
 М.И. Лату  
01.06.2025г.



**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ  
МДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 246»  
(ДЕТИ С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 1

| Наименование блюда                                    | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                       | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                               |           |          |                   |         |             |                                     |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ<br>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                                   | 40        |          | 2,91              | 3,80    | 28,87       | 161,80                              |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ                       | 40        | 40       | 2,91              | 3,80    | 28,87       | 161,80                              |
| 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                               |
|                                                       |           |          | 6,90              | 9,11    | 51,89       | 318,12                              |
| II Завтрак                                            |           |          |                   |         |             |                                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                          | 200       |          | 1,00              | 0,20    | 19,80       | 86,00                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                          | 200       | 200      | 1,00              | 0,20    | 20,20       | 86,00                               |
|                                                       |           |          | 1,00              | 0,20    | 19,80       | 86,00                               |
| Обед                                                  |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С<br>ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ)    | 150       |          | 3,65              | 1,80    | 11,75       | 77,97                               |
| КАРТОФЕЛЬ                                             | 50        | 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         | 9,68          | 38,70           |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                             | 10      | 10    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                    | 10      | 10    | 0,00         | 0,00         | 9,68          | 38,70           |
| 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.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 35      | 35    | 2,32         | 0,31         | 14,84         | 71,39           |
|                                                |         |       | <b>15,96</b> | <b>21,50</b> | <b>77,72</b>  | <b>568,33</b>   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |         |       |              |              |               |                 |
| 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           |
| *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                                          |         | 30    | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60           |
| *БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 30      | 30    | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60           |
|                                                |         |       | <b>15,06</b> | <b>18,46</b> | <b>26,39</b>  | <b>332,92</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |         |       | <b>38,92</b> | <b>49,27</b> | <b>175,80</b> | <b>1 305,37</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 2

| Наименование блюда                   | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>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<br>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<br>КАРТОФЕЛЕМ | 150       |          | 3,39              | 6,24    | 5,81        | 93,48                               |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                 | 30        | 30       | 0,52              | 0,03    | 1,37        | 8,15                                |
| КАРТОФЕЛЬ                            | 30        | 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                               |



|                                             |           |       |              |              |               |                 |
|---------------------------------------------|-----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| *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                                   | 137,5     | 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         | 10,37         | 42,84           |
| СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ                            | 10        | 9,7   | 0,10         | 0,04         | 0,69          | 4,14            |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10    | 0,00         | 0,00         | 9,68          | 38,70           |
| 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        | 48,91         | 413,56          |
| <b>Уплотненный полдник</b>                  |           |       |              |              |               |                 |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ      | 100/30    |       | 16,12        | 13,28        | 25,87         | 289,93          |
| *ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ                       | 75        | 75    | 13,10        | 6,55         | 2,18          | 122,95          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,7       | 0,7   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| КРУПА МАННАЯ                                | 8         | 8     | 0,80         | 0,08         | 5,48          | 25,53           |
| САХАР ПЕСОК                                 | 8         | 8     | 0,00         | 0,00         | 7,74          | 30,96           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 0,125 шт. | 5,03  | 0,62         | 0,56         | 0,04          | 7,66            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 3         | 3     | 0,02         | 2,41         | 0,02          | 21,77           |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 3         | 3     | 0,39         | 0,00         | 1,79          | 8,69            |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                        | 3         | 3     | 0,08         | 0,44         | 0,11          | 4,66            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2         | 2     | 0,00         | 1,94         | 0,00          | 17,44           |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ    | 15,8      | 15,8  | 1,11         | 1,30         | 8,51          | 50,27           |
| *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                                       | 20        |       | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           |
| *БАТОН НАРЕЗНОЙ                             | 20        | 20    | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           |
|                                             |           |       | 17,66        | 13,86        | 43,97         | 373,78          |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |       | <b>51,04</b> | <b>40,73</b> | <b>167,81</b> | <b>1 248,35</b> |

Утверждаю

Заведующий

М.И.Лату



# МЕНЮ

## Если 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         | 0        | 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                       | 180       |          | 0,50              | 0,03    | 14,63       | 61,20                         |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 10        | 10       | 0,50              | 0,03    | 4,95        | 22,50                         |
| САХАР ПЕСОК                            | 10        | 10       | 0,00              | 0,00    | 9,68        | 38,70                         |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                       | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                          | 180       | 180      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 35        |          | 2,32              | 0,31    | 14,84       | 71,39                         |

|                                                |         |      |              |              |               |                 |
|------------------------------------------------|---------|------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 35      | 35   | 2,32         | 0,31         | 14,84         | 71,39           |
| <b>*ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b>                 | 100/100 |      | 27,31        | 20,49        | 7,39          | 355,55          |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ                                 | 158,06  | 147  | 25,52        | 5,28         | 0,00          | 181,09          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 12      | 12   | 0,00         | 11,63        | 0,00          | 104,64          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 1       | 1    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 24      | 24   | 0,58         | 3,49         | 0,81          | 37,25           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 7       | 7    | 0,74         | 0,09         | 4,74          | 22,68           |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 1       | 1    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 10      | 10   | 0,47         | 0,00         | 1,84          | 9,89            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 72      | 72   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
|                                                |         |      | <b>36,18</b> | <b>26,41</b> | <b>46,11</b>  | <b>599,67</b>   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |         |      |              |              |               |                 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ:                                  | 120     |      | 1,88         | 9,45         | 9,62          | 131,91          |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 42      | 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                           | 48,8    | 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            |
| <b>*ЧАЙ С САХАРОМ</b>                          | 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           |
| <b>БАТОН</b>                                   | 25      |      | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50           |
| *БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 25      | 25   | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50           |
|                                                |         |      | <b>3,82</b>  | <b>10,18</b> | <b>34,22</b>  | <b>244,57</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |         |      | <b>52,10</b> | <b>51,77</b> | <b>130,73</b> | <b>1 236,10</b> |



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 4

| Наименование блюда                       | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>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                        | 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                               |
| 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                                | 70        | 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                                |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                    | 150       |          | 0,10              | 0,04    | 10,37       | 42,84                               |
| СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ                         | 10        | 9,7      | 0,10              | 0,04    | 0,69        | 4,14                                |
| САХАР ПЕСОК                              | 10        | 10       | 0,00              | 0,00    | 9,68        | 38,70                               |
| 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.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ             | 35         | 35   | 2,32         | 0,31         | 14,84         | 71,39           |
| <b>*ПЛОВ С ПТИЦЕЙ</b>                                      | <b>150</b> |      | <b>10,01</b> | <b>11,32</b> | <b>25,02</b>  | <b>242,39</b>   |
| 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          |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                       | 57,1       | 41,1 | 7,46         | 6,42         | 0,00          | 87,71           |
|                                                            |            |      | <b>17,87</b> | <b>14,79</b> | <b>59,84</b>  | <b>445,15</b>   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                 |            |      |              |              |               |                 |
| <b>*ЧАЙ С САХАРОМ</b>                                      | <b>150</b> |      | <b>0,04</b>  | <b>0,00</b>  | <b>7,82</b>   | <b>31,45</b>    |
| 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           |
| <b>БАТОН</b>                                               | <b>25</b>  |      | <b>1,88</b>  | <b>0,73</b>  | <b>12,85</b>  | <b>65,50</b>    |
| *БАТОН НАРЕЗНОЙ                                            | 25         | 25   | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50           |
| <b>*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО<br/>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ</b> | <b>100</b> |      | <b>5,65</b>  | <b>4,27</b>  | <b>25,51</b>  | <b>162,82</b>   |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                     | 46,46      | 46   | 5,63         | 1,47         | 25,48         | 137,43          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                              | 69         | 69   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 1          | 1    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                          | 3,5        | 3,5  | 0,02         | 2,80         | 0,03          | 25,39           |
|                                                            |            |      | <b>7,57</b>  | <b>5,00</b>  | <b>46,18</b>  | <b>259,77</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                      |            |      | <b>34,40</b> | <b>32,09</b> | <b>156,53</b> | <b>1 054,33</b> |





## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 5

| Наименование блюда                 | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>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                             | 130       |          | 0,45              | 0,45    | 10,87       | 52,16                               |
| ЯБЛОКИ                             | 130       | 114,4    | 0,45              | 0,45    | 10,87       | 52,16                               |
|                                    |           |          | 0,45              | 0,45    | 10,87       | 52,16                               |
| Обед                               |           |          |                   |         |             |                                     |
| *СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ            | 150/15/10 |          | 1,40              | 3,18    | 9,28        | 71,58                               |
| СВЕКЛА                             | 55,47     | 41,6     | 0,60              | 0,04    | 3,55        | 16,95                               |
| КАРТОФЕЛЬ                          | 47,17     | 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                                |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ С<br>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     |
| 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  | 9,68   | 38,70    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                             | 10   | 10   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 10   | 10   | 0,00  | 0,00  | 9,68   | 38,70    |
| 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.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 35   | 35   | 2,32  | 0,31  | 14,84  | 71,39    |
|                                                |      |      | 14,60 | 13,59 | 76,93  | 488,89   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |      |      |       |       |        |          |
| ВЕРМИШЕЛЬ С СЫРОМ                              |      | 150  | 7,10  | 15,90 | 27,10  | 281,00   |
| 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    |
| *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    |
|                                                |      |      | 9,02  | 16,63 | 47,77  | 377,95   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                 |      |      | 32,71 | 42,50 | 179,61 | 1 237,07 |

Утверждаю

Заведующий

М.И.Лату



# 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        | 47,14                         |
| 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               | 40        |          | 2,91              | 3,80    | 28,87       | 161,80                        |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ   | 40        | 40       | 2,91              | 3,80    | 28,87       | 161,80                        |
| 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                         |
|                                   |           |          | 6,66              | 8,51    | 52,91       | 315,45                        |
| II Завтрак                        |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                      | 200       |          | 1,00              | 0,20    | 19,80       | 86,00                         |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                      | 200       | 200      | 1,00              | 0,20    | 20,20       | 86,00                         |
|                                   |           |          | 1,00              | 0,20    | 19,80       | 86,00                         |
| Обед                              |           |          |                   |         |             |                               |
| 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        | 4,86                          |
| 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                         |

|                                                |           |       |       |        |          |
|------------------------------------------------|-----------|-------|-------|--------|----------|
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 150       | 0,00  | 0,00  | 9,68   | 38,70    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                             | 10        | 10    | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 10        | 10    | 0,00  | 0,00   | 9,68     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2       | 0,2   | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 157,5     | 157,5 | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 35        | 2,32  | 0,31  | 14,84  | 71,39    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 35        | 35    | 2,32  | 0,31   | 14,84    |
| СУП С КРУПКОЙ ПЕРЛОВОЙ                         | 200       | 3,65  | 4,84  | 14,18  | 115,06   |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ                                 | 20,2      | 20    | 1,80  | 0,21   | 12,98    |
| МОРКОВЬ                                        | 10        | 8     | 0,10  | 0,01   | 0,53     |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 9,6       | 8     | 0,11  | 0,02   | 0,64     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 4         | 4     | 0,02  | 3,20   | 0,03     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 200       | 200   | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ                           | 12        | 9     | 1,62  | 1,40   | 0,00     |
|                                                |           | 15,91 | 25,10 | 80,08  | 609,93   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |           |       |       |        |          |
| *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     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 37,5      | 37,5  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 102       | 102   | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 12        | 12    | 0,00  | 0,00   | 11,62    |
| БАТОН                                          | 25        | 1,88  | 0,73  | 12,85  | 65,50    |
| *БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 25        | 25    | 1,88  | 0,73   | 12,85    |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ        | 150       | 4,95  | 4,36  | 15,79  | 122,68   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 13,5      | 13,5  | 1,42  | 0,17   | 9,16     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                   | 0,8       | 0,8   | 0,09  | 0,01   | 0,54     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,093 шт. | 3,8   | 0,47  | 0,43   | 0,03     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 3         | 3     | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4       | 0,4   | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 105       | 105   | 2,96  | 2,55   | 4,89     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 45        | 45    | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 1,2       | 1,2   | 0,00  | 0,00   | 1,16     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 1,5       | 1,5   | 0,01  | 1,20   | 0,01     |
|                                                |           | 6,87  | 5,09  | 40,34  | 235,11   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |           | 30,44 | 38,90 | 193,13 | 1 246,49 |





## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 7

| Наименование блюда                 | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>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               | 15        | 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                          | 50        | 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                                |



|                                                |          |        |       |       |        |          |
|------------------------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|----------|
| *ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                       |          | 30/30  | 5,87  | 13,92 | 1,09   | 153,29   |
| 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     |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 0,9      | 0,9    | 0,04  | 0,00  | 0,16   | 0,89     |
| 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     |
| *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    |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                          |          | 150    | 0,09  | 0,03  | 9,33   | 38,55    |
| СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ                               | 9        | 8,73   | 0,09  | 0,03  | 0,62   | 3,72     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 9        | 9      | 0,00  | 0,00  | 8,71   | 34,83    |
| 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.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 35       | 35     | 2,32  | 0,31  | 14,84  | 71,39    |
|                                                |          |        | 14,09 | 21,71 | 60,65  | 495,40   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |          |        |       |       |        |          |
| *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)                 |          | 130/30 | 18,22 | 14,07 | 37,65  | 353,01   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 25       | 25     | 0,71  | 0,61  | 1,16   | 13,10    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 2,75     | 2,75   | 0,29  | 0,04  | 1,86   | 8,91     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 25       | 25     | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 0,5      | 0,5    | 0,00  | 0,00  | 0,49   | 1,94     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4      | 0,4    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| *ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ                          | 75       | 75     | 13,10 | 6,55  | 2,18   | 122,95   |
| КРУПА МАННАЯ                                   | 8        | 8      | 0,80  | 0,08  | 5,48   | 25,53    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,12 шт. | 4,83   | 0,59  | 0,54  | 0,03   | 7,35     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 8        | 8      | 0,00  | 0,00  | 7,74   | 30,96    |
| ВАНИЛИН                                        | 0,01     | 0,01   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 4        | 4      | 0,02  | 3,20  | 0,03   | 29,02    |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 4        | 4      | 0,51  | 0,00  | 2,39   | 11,59    |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 4        | 4      | 0,10  | 0,58  | 0,14   | 6,21     |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5%<br>ЖИРНОСТИ    | 30       | 30     | 2,10  | 2,47  | 16,15  | 95,45    |
|                                                |          |        | 20,14 | 14,80 | 58,32  | 449,96   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |          |        | 45,67 | 51,73 | 197,45 | 1 443,60 |



## 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                                  | 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                                      | 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                                          | 75        | 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                         |
| *КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                   |           | 130      | 3,03              | 5,23    | 9,70        | 99,73                         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                               | 143       | 143      | 2,49              | 0,14    | 6,52        | 38,84                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                  | 5,2       | 5,2      | 0,00              | 5,03    | 0,00        | 45,35                         |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                     | 1         | 1        | 0,05              | 0,00    | 0,18        | 0,99                          |
| МОРКОВЬ                                            | 8,63      | 6,9      | 0,09              | 0,01    | 0,47        | 2,35                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                       | 11,4      | 9,5      | 0,13              | 0,02    | 0,76        | 3,78                          |

|                                                     |         |       |              |              |               |                 |
|-----------------------------------------------------|---------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                            | 2,6     | 2,6   | 0,27         | 0,03         | 1,77          | 8,42            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                         |         | 150   | 0,00         | 0,00         | 9,68          | 38,70           |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                                  | 10      | 10    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                         | 10      | 10    | 0,00         | 0,00         | 9,68          | 38,70           |
| 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<br>"РЫЖИК"               |         | 60    | 11,16        | 8,52         | 10,20         | 162,00          |
| 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            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         |         | 35    | 2,32         | 0,31         | 14,84         | 71,39           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ      | 35      | 35    | 2,32         | 0,31         | 14,84         | 71,39           |
| КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С КАПУСТОЙ И<br>МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННЫЕ |         | 60    | 7,46         | 10,08        | 3,31          | 134,00          |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ                                 | 40,66   | 37    | 6,53         | 6,61         | 0,00          | 85,42           |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                | 17      | 17    | 0,30         | 0,02         | 0,78          | 4,62            |
| МОРКОВЬ                                             | 20      | 16    | 0,20         | 0,02         | 1,07          | 5,43            |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                        | 16,67   | 14    | 0,19         | 0,03         | 1,12          | 5,57            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                   | 2       | 2     | 0,00         | 1,94         | 0,00          | 17,44           |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                | 10      | 10    | 0,24         | 1,46         | 0,34          | 15,52           |
|                                                     |         |       | 30,11        | 32,68        | 57,93         | 648,42          |
| <b>Уплотненный полдник</b>                          |         |       |              |              |               |                 |
| *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           |
| *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          |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                               |         |       | <b>54,83</b> | <b>60,94</b> | <b>126,69</b> | <b>1 282,10</b> |

Утверждаю

Заведующий

М.И.Лату



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 9

| Наименование блюда                                   | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>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<br>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 БАЙКОВЫЙ                                  | 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<br>СМЕТАНОЙ               | 150       |          | 8,13              | 9,97    | 10,56       | 164,62                              |
| КАРТОФЕЛЬ                                            | 90        | 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                                    | 2         | 2        | 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                                            | 150       | 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                            |           | 180  | 0,50  | 0,03  | 14,63  | 61,20    |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)      | 10        | 10   | 0,50  | 0,03  | 4,95   | 22,50    |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10   | 0,00  | 0,00  | 9,68   | 38,70    |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                            | 0,1       | 0,1  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 180       | 180  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 |           | 45   | 2,98  | 0,40  | 19,08  | 91,78    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 45        | 45   | 2,98  | 0,40  | 19,08  | 91,78    |
|                                             |           |      | 19,88 | 33,03 | 63,31  | 630,87   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                  |           |      |       |       |        |          |
| 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   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |      | 39,39 | 52,62 | 148,92 | 1 220,85 |





## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 10

| Наименование блюда                             | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>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<br>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                                  | 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)                                 | 7         |          | 1,57              | 2,01    | 0,00        | 24,72                               |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                 | 7,2       | 7        | 1,57              | 2,01    | 0,00        | 24,72                               |
|                                                |           |          | 7,91              | 11,91   | 40,20       | 300,43                              |
| II Завтрак                                     |           |          |                   |         |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                         | 130       |          | 0,52              | 0,52    | 12,74       | 61,10                               |
| ЯБЛОКИ                                         | 147,7     | 130      | 0,52              | 0,52    | 12,74       | 61,10                               |
|                                                |           |          | 0,52              | 0,52    | 12,74       | 61,10                               |
| 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    | 10,37       | 42,84                               |
| СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ                               | 10        | 9,7      | 0,10              | 0,04    | 0,69        | 4,14                                |
| САХАР ПЕСОК                                    | 10        | 10       | 0,00              | 0,00    | 9,68        | 38,70                               |
| 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.<br>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            |
|                                   |           |       | <b>16,69</b> | <b>29,83</b> | <b>53,65</b>  | <b>550,87</b>   |
| <b>Уплотненный полдник</b>        |           |       |              |              |               |                 |
| *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                         | 60        | 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              | 35        | 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                 | 0,9       | 0,9   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 2         | 2     | 0,10         | 0,00         | 0,37          | 1,98            |
|                                   |           |       | <b>1,89</b>  | <b>4,38</b>  | <b>17,74</b>  | <b>118,75</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>             |           |       | <b>27,01</b> | <b>46,64</b> | <b>124,33</b> | <b>1 031,15</b> |