



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,55	8,83	10,36	127,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,51	6,23	26,24	183,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30,3	30	3,35	0,38	19,76	95,74
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	7,69	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,18	15,06	45,12	346,64
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,70	70,50
ЯБЛОКИ	166,67	150	0,60	0,60	14,70	70,50
			0,60	0,60	14,70	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,32	0,04	0,68	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10		4,09	4,53	7,81	88,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	17,98	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,02	1	0,04	0,00	0,08	0,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	10,24	5,65	2,55	101,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56,7	55	8,54	0,32	0,00	36,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,36	4,07	15,48	108,37
КАРТОФЕЛЬ	103,5	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,10	0,10	19,70	80,70
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,08	0,08	1,78	8,57
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			19,21	15,01	60,32	454,63

Полдник

ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	17,14	19,80	26,59	353,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	17,33	13	0,16	0,01	0,87	4,41
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	83,67	82	14,47	14,64	0,00	189,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,10	0,01	0,55	2,78
КРУПА РИСОВАЯ	35,35	35	2,38	0,34	25,12	113,05
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,30	4,30	29,25	144,00
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
ДРОЖЖИ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	0,37	19,87	94,92
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	2,32	1,15	0,39	21,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
			23,44	24,22	69,24	556,08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,43	54,89	189,38	1 427,85

Приказ № 5
от 09.01.2025

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,81	6,15	23,13	163,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
КРУПА РИСОВАЯ	23,23	23	1,56	0,22	16,51	74,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,83	11,48	47,01	329,36
II Завтрак						
СОК	150		0,00	0,00	16,50	67,50
СОКОВАЯ ПРОДУКЦИЯ	150	150	0,00	0,00	16,50	67,50
			0,00	0,00	16,50	67,50
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,44	0,08	1,52	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		4,18	4,23	12,18	103,60
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,29	14	2,47	2,50	0,00	32,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,02	1	0,04	0,00	0,08	0,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160		20,55	8,42	17,89	251,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	48	40,5	0,55	0,08	3,22	16,11
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	107,53	100	17,36	3,59	0,00	123,19

КРУПА РИСОВАЯ	20,51	20,3	1,38	0,19	14,57	65,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,00	0,00	4,84	19,35
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУШЕНЫЕ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			27,27	13,35	50,53	454,25
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	7,70	3,29	1,53	66,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	47,22	45,8	7,11	0,26	0,00	30,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,33	3,92	15,72	107,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,4	17,4	0,49	0,43	0,81	9,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	117,63	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,10	0,10	18,10	75,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЯБЛОКИ	33,33	30	0,12	0,12	2,85	13,68
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	2,00	4,60	24,10	164,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
ДРОЖЖИ	0,12	0,12	0,02	0,00	0,00	0,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
			13,13	12,03	65,85	444,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,23	36,86	179,89	1 295,24



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,29	2,95	16,26	95,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,89	1,56	1,87	25,04
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,85	28,5	0,88	0,06	1,85	11,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,31	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,30	16,70	2,30	119,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	0,96	0,83	1,60	17,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,575	11,41	10,33	0,63	140,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
			17,28	23,61	33,13	323,64
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,45	15,45	70,50
ГРУША	166,67	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,45	15,45	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,32	0,04	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,18	6,24	5,72	98,47
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	17,98	16	2,89	2,48	0,00	33,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,02	1	0,04	0,00	0,08	0,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,35	0,07	2,84	13,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,19	15,25	3,51	211,87
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	90,79	80,8	14,58	12,54	0,00	170,86
МОРКОВЬ	22,27	16,7	0,21	0,02	1,12	5,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,88	8,3	0,12	0,02	0,66	3,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	6,14	5,44	27,79	184,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,61	50,1	6,12	1,60	27,75	149,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ, НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,08	0,04	6,83	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			26,91	27,13	51,25	559,44
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,54	13,32	12,19	226,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	63,71	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,10	0,01	14,10	54,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	13,19	12	0,11	0,01	0,35	3,96
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,60	5,90	24,00	150,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			21,04	21,85	61,19	517,82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,83	73,04	161,02	1 471,40



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,00	7,32	20,40	167,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
			12,04	14,62	43,00	336,80
II Завтрак						
СОК	150		0,00	0,00	16,50	67,50
СОКОВАЯ ПРОДУКЦИЯ	150	150	0,00	0,00	16,50	67,50
			0,00	0,00	16,50	67,50
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,64	6,12	4,74	76,65
КАРТОФЕЛЬ	36	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,5	6	0,08	0,01	0,19	1,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,20	6,22	7,93	107,18
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	17,98	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,23	0,05	1,90	8,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
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
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,99	4,53	5,22	93,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	42,06	40,8	6,33	0,23	0,00	27,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,27	0,23	0,45	5,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03	6,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,47	0,18	3,19	16,27
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,43	1,57	6,10	49,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,34	20,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
РЕПА	24,59	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	14,77	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			16,99	19,14	49,32	445,67
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,10	16,10	221,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,86	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			24,40	14,26	45,78	416,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,43	48,02	154,60	1 266,57

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150		4,52	6,60	20,14	158,84
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
КРУПА РИСОВАЯ	7,58	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	7,58	7,5	0,83	0,19	5,12	25,61
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,54	11,93	44,02	324,64
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	1,20	36,50
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		3,40	1,80	9,40	67,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	19,21	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	75	60	1,16	0,23	9,49	44,81
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	0,966	0,12	0,11	0,01	1,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150		6,30	9,00	10,00	224,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,32	0,00	1,49	7,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	179,69	143,75	2,79	0,56	22,73	107,37
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	56,18	50	9,02	7,76	0,00	105,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	0,80	1,20	14,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,30	0,00	5,80	85,00
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
			12,53	14,10	38,23	479,43
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,55	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	4,20	6,70	23,10	192,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,47	0,41	22,22	106,55
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,54	0,48	0,90	10,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,07	0,01	7,10	29,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОН	3,85	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	1,70	8,10	34,00	134,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/25 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	16	16	2,79	1,40	0,47	26,23
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/31 шт.	1,288	0,16	0,15	0,01	1,96
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,52	15,03	72,50	398,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,19	41,56	170,25	1 272,57



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,51	6,64	26,97	190,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
ПШЕНО	30,3	30	3,35	0,79	20,49	102,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
			9,71	11,14	55,47	342,13
II Завтрак						
СОК	150		0,00	0,00	16,50	67,50
СОКОВАЯ ПРОДУКЦИЯ	150	150	0,00	0,00	16,50	67,50
			0,00	0,00	16,50	67,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,32	0,04	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10		4,60	3,68	19,29	128,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,06	12	2,68	0,18	5,60	34,80
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,16	0,45	7,97	40,66
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60		8,36	2,75	4,55	76,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/7 шт.	5,756	0,71	0,64	0,04	8,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	46,39	45	6,98	0,26	0,00	30,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,66	0,25	4,49	22,87
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	2,73	4,57	11,88	100,17
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33	26,4	0,47	0,03	1,20	7,17
КАРТОФЕЛЬ	31	24,8	0,49	0,10	3,92	18,53
МОРКОВЬ	35,2	26,4	0,33	0,03	1,77	8,96
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,46	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,10	0,09	11,53	47,83
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0,01	0,00	4,55	18,22
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЯБЛОКИ	25	22,5	0,09	0,09	2,14	10,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,21	11,75	62,35	429,14
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	10,68	11,10	8,95	178,22
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,78	0,30	5,34	27,19
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	56,74	50,5	9,11	7,84	0,00	106,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,36	4,07	15,48	108,37
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	103,5	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			15,14	15,79	45,53	384,89
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,06	38,68	179,85	1 223,66



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		4,46	6,07	22,23	161,10
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,48	11,40	46,11	326,90
II Завтрак						
СОК	150		0,00	0,00	16,50	67,50
СОКОВАЯ ПРОДУКЦИЯ	150	150	0,00	0,00	16,50	67,50
			0,00	0,00	16,50	67,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,32	0,04	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,11	4,97	11,80	110,73
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,02	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КАРТОФЕЛЬ	84,38	67,5	1,31	0,26	10,67	50,42
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,29	14	2,47	2,50	0,00	32,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50		10,64	5,83	1,80	114,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
КАРТОФЕЛЬ	6,25	5	0,10	0,02	0,80	3,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	60,22	56	9,72	2,01	0,00	68,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,56	6,73	14,15	133,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
РЕПА	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	60	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	29,91	22,43	0,28	0,02	1,50	7,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,28	1,64	0,38	22,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,77	0,05	28,77	119,13
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0,01	0,00	6,83	27,32
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			21,60	18,42	78,42	586,39
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,20	7,30	12,90	177,00
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,11	6,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,86	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,60	5,90	24,00	150,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
			23,00	16,40	51,70	439,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,08	46,22	192,73	1 420,29



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,19	2,08	2,50	33,38
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,41	0,4	0,01	0,00	0,03	0,20
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КАНСЕРВЫ	58,46	38	1,18	0,08	2,47	15,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		10,30	13,92	1,92	93,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1.92 шт.	77,28	9,52	8,62	0,52	117,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,7	4,7	0,00	4,56	0,00	40,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,81	0,70	1,33	14,98
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			18,53	23,30	27,02	295,58
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40		0,34	2,09	3,14	33,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
ЯБЛОКИ	19,56	17,6	0,07	0,07	1,72	8,27
МОРКОВЬ	28,27	21,2	0,27	0,02	1,42	7,20
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,35	6,35	10,03	117,12
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
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,07	0,01	0,15	1,13
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	17,98	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0,04	0,01	0,24	1,19

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	9,81	10,16	9,83	169,82
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	44,9	44	7,77	7,86	0,00	101,58
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,78	4,13	11,35	89,43
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СВЕКЛА	160	120	1,75	0,12	10,24	48,89
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,34	0,08	14,41	60,24
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,34	0,08	9,57	40,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,72	23,43	62,86	540,36
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,90	4,50	0,30	63,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,43	1,57	6,10	49,22
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,77	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
РЕПА	24,59	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,34	20,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		30	2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,08	0,04	6,83	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			13,16	11,75	50,65	372,82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,01	58,98	156,03	1 279,26



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,00	7,32	20,40	167,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
			11,04	13,82	40,10	313,80
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,86	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,20	6,22	7,93	107,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,23	0,05	1,90	8,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	17,98	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60		11,98	0,45	0,35	53,16
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,86	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	79,18	76,8	11,92	0,45	0,00	51,40
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,29	0,75	1,19	14,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,51	4,21	17,08	116,54
КАРТОФЕЛЬ	128,25	102,6	1,99	0,40	16,22	76,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,50	0,44	0,83	9,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,07	0,01	7,10	29,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОН	3,85	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,13	8,50	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			21,75	12,27	50,55	406,23
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,54	13,32	12,19	226,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	63,71	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,12	0,09	7,84	33,03
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3,44	5,08	17,35	128,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,31	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,14	0,26	13,90	66,42
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
ДРОЖОЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,254	0,28	0,25	0,02	3,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			20,90	21,11	48,28	475,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,19	47,70	159,93	1 291,48



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,81	6,15	23,13	163,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	23,23	23	1,56	0,22	16,51	74,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	33,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			5,21	8,25	47,33	265,16
II Завтрак						
СОК	150		0,00	0,00	16,50	67,50
СОКОВАЯ ПРОДУКЦИЯ	150	150	0,00	0,00	16,50	67,50
			0,00	0,00	16,50	67,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	3,20	36,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,24	15,48
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,04	6,31	7,92	107,11
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	17,98	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,07	0,01	0,15	1,13
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60		9,15	12,32	2,11	155,59
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	42,35	41,5	7,32	7,41	0,00	95,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,063	1,24	1,13	0,07	15,33
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	0,35	0,30	0,57	6,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	4,36	3,63	27,79	161,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,34	0,51	27,76	133,11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,12	0,09	7,84	33,03
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,70	51,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			21,07	25,35	67,26	584,63
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,32	0,04	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	14,06	13,20	13,53	229,15
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,45	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82
КАРТОФЕЛЬ	102,38	81,9	1,59	0,32	12,95	61,17
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	76,97	68,5	12,36	10,63	0,00	144,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,76	0,05	12,26	53,11
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,80	7,10	24,80	164,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,48	1,48	0,00	1,44	0,00	12,91
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0,00	0,24	0,00	2,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,72	0,45	24,11	115,21
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3/100 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,11	1,11	0,01	0,89	0,01	8,05
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,16	0,02	1,00	4,79
ДРОЖЖИ	0,14	0,14	0,02	0,00	0,00	0,11
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
			19,94	20,51	57,99	482,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,22	54,11	189,08	1 400,15