

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200		8,8	7,2	51,2	304,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	76,9	76,9	8,5	1	50,6	245,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,5	138,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,7	7,7	0	6,2	0,1	55,9
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,5	2,3	0,2	30,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,1	2,5	2,2	0,1	30,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,2		10,1	41,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			12,6	17,9	69,0	486,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60		1,1	5,3	4,6	71,4
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	63,2	60	1,1	5,3	4,6	71,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200/15		2,8	3,2	19,5	117,0
КАРТОФЕЛЬ	116,27	87,2	1,6	0,3	13,8	65,1
МОРКОВЬ	18,75	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,24	0,24	0	0,2	0	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,84	3,84	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,48	2,48	0,3	0	1,6	8,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,08	0,08	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,53	0,5	0	0	0	0,2
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200		14,6	14,2	33,8	322,8
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	66,67	60	10,9	9,4	0	128,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
МОРКОВЬ	28,13	22,5	0,3	0	1,6	7,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,02	14,3	0,2	0	1,2	5,7
КРУПА РИСОВАЯ	41,16	40,75	2,8	0,4	29,3	131,6

ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,5	0	1,8	9,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	14,9	70,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			22,3	23,1	92,1	666,2
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	80		12,2	5,3	2,4	106,2
РЫБА МИНТАЙ ПОТРАШЕННЫЙ	101,39	73	11,3	0,7	0	51,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,05	16	0,2	0	1,3	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,9	4,0	27,2	160,7
КАРТОФЕЛЬ	220	165	3,2	0,7	26,1	123,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,4	58,6
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
КЕФИР	200		5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			23,8	14,5	50,0	431,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,1	55,9	220,9	1 630,8

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200		7,1	6,3	24,4	183,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30,65	30,34	3,7	1	16,8	90,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/15		3,2	6,2	5,3	93,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
КАКАО НА МОЛОКЕ	200		5,4	4,6	18,2	137,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			15,7	17,1	47,9	413,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА ОВОЩНАЯ	60		0,6	2,7	3,5	40,7
СВЕКЛА	19,88	15,9	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	19,88	15,9	0,2	0	1,1	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,57	11,4	0,2	0	0,9	4,6
ЧЕСНОК	0,6	0,51	0	0	0,2	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200		4,0	9,2	20,8	187,5
СВЕКЛА	78	62,4	0,9	0,1	5,3	25,4
КАРТОФЕЛЬ	98,56	73,92	1,5	0,3	11,6	55,2
МОРКОВЬ	19,5	15,6	0,2	0	1,1	5,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,57	15,6	0,2	0	1,3	6,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	4,2	4	0,1	0	0,3	1,9

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	5	3,5	0,7	0,6	0	7,4
МЯСО ТУШЕНОЕ	70/30		22,4	25,1	4,3	332,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	139,53	120	21,6	18,6	0	253,8
МОРКОВЬ	5,25	4,2	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,04	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,6	6,6	0	6,4	0	57,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,48	4,48	0,2	0	0,9	4,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,5	0,1	2,8	13,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		3,7	3,4	23,7	140,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	34,67	34,67	3,7	0,5	23,7	113,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,73	3,73	0	3	0	27,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,87	0,87	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,1	0,4	27,3	128,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			36,3	41,0	98,9	914,7
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/20		21,2	16,3	31,3	360,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	101	100	17,5	8,7	2,9	163,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,4	0,2	8,8	42,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
КЕФИР	200		5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			27,0	21,3	39,3	466,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			79,4	79,8	195,9	1 841,3

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		8,2	8,1	30,5	228,7
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,4	30,4	3,6	1,8	18,2	103,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	3,9	7,5	83,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		4,0	3,2	17,3	114,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			18,3	24,2	55,6	514,2
II Завтрак						
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			5,2	4,5	7,2	95,4
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200		2,1	3,8	17,5	112,9
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,8
МОРКОВЬ	18,75	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,47	1,4	0,1	0	0,1	0,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200		25,6	38,9	19,8	534,9
СВИНИНА 1 КАТЕГОРИИ Б/К	139,53	120	19,8	32,4	0	370,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	315,38	252,3	4,4	0,3	11,5	68,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,34	6,34	0	6,1	0	55,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10,69	10,69	0,5	0	1,9	10,6
МОРКОВЬ	29,8	23,84	0,3	0	1,6	8,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,38	23,84	0,3	0	1,9	9,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,77	2,77	0,3	0	1,8	9,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,8	68,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	14,7	62,8
ЯБЛОКИ	60	52,8	0,2	0,2	5	24,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	14,9	70,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			31,7	43,3	76,5	826,9
Полдник						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ		200	14,7	12,3	14,5	226,0
РЫБА МИНТАЙ ПОТРАШЕННЫЙ	183,33	110	17	1	0	76,8
КАРТОФЕЛЬ	200,56	150,42	2,9	0,6	23,8	112,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,96	13,41	0,2	0	1,1	5,3
МОРКОВЬ	30	24	0,3	0	1,6	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,31 шт.	12,48	1,6	1,4	0,1	19,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,4	58,6
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,2		10,2	42,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			19,8	16,4	66,9	494,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,0	88,4	206,2	1 930,7

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	150/10		19,6	14,1	14,5	273,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,35	1,35	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	9	9	0,9	0,1	6,2	28,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,44	0,8	0,7	0	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,25	2,25	0	2,1	0	19,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/15		3,2	6,2	5,3	93,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,0	3,4	15,9	111,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			26,8	23,7	35,7	477,4
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,9	0,2	18,2	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	0,2	18,2	77,4
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,1	4,6	49,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	69,6	48,6	0,9	0	1,5	11,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20		7,3	10,3	16,1	187,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,55	5,5	0,1	0	0,5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
КАРТОФЕЛЬ	106,67	80	1,6	0,3	12,6	59,8
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,2	0	0,9	4,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,53	0,5	0	0	0	0,2
СВИНИНА 1 КАТЕГОРИИ Б/К	33,14	28,5	4,7	7,7	0	87,9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0	0	0,2	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70/20	22,6	9,2	3,7	219,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	134,41	125	21,7	4,5	0	154,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,54	3,54	0,4	0	2,4	11,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,71	34,71	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,14	0,14	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,8	4,8	0,2	0	0,9	4,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,35	0,35	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	2,8	3,8	22,6	135,8
КАРТОФЕЛЬ	190,67	143	2,8	0,6	22,6	106,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,39	0,39	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,1	0,4	27,3	128,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			39,3	27,0	93,6	805,6
Полдник						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ		200	6,9	6,1	30,7	206,0
ПШЕНО	31,31	31	3,5	0,8	21,1	105,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,1	66,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8	106,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			13,1	11,5	48,5	359,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,1	62,4	196,0	1 719,4

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110		10,8	17,8	2,0	211,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,03	30,03	0,9	0,8	1,4	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,99	0,99	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,95	5,95	0	5,7	0	51,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,95	2,95	0	2,3	0	21,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,7	2,2	14,3	88,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
			14,6	28,4	23,8	409,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,9	0,2	18,2	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	0,2	18,2	77,4
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60		0,7	2,1	4,3	38,7
СВЕКЛА	62,5	50	0,8	0,1	4,3	20,4
ЧЕСНОК	0,2	0,2	0	0	0,1	0,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200		2,6	2,9	13,9	96,9
СВЕКЛА	65	52	0,8	0,1	4,5	21,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
КАРТОФЕЛЬ	34,67	26	0,5	0,1	4,1	19,4
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	4,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,8	4,4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,26	1,2	0	0	0,1	0,6
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80		1,9	3,0	9,5	73,2
ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	60	0	0	0	0,0

ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21	21	0,6	0,5	1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	3,0	2,8	19,7	115,9
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	31,31	31	3	0,4	19,7	94,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	14,7	62,8
ЯБЛОКИ	60	52,8	0,2	0,2	5	24,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,1	0,3	26,8	126,3
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			14,0	11,5	98,5	559,7

Полдник

ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ		100	16,1	9,0	110,7	587,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	120	120	12,6	1,6	81,4	388,8
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0	0	6,6	26,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	2,5	2,5	0,3	0,1	0,1	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,5	0,1	3,3	15,5
ПОВИДЛО	30	30	0,1	0	19,2	77,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	3,7	2,9	16,8	109,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			19,8	11,9	127,5	696,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,3	52,0	268,0	1 743,5

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		4,3	3,9	27,4	162,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,5	2,2	0,1	30,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	19,9	2,4	2,2	0,1	30,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗИНОМ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,2		10,1	41,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
			8,1	14,5	45,1	343,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60		1,1	5,3	4,6	71,4
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	63,2	60	1,1	5,3	4,6	71,4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		1,8	4,2	13,5	99,3
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА РИСОВАЯ	4,04	4	0,3	0	2,9	12,9
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17,14	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9	0,1	0	0,1	0,9
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		13,7	18,4	20,7	304,6
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	66,67	60	10,9	9,4	0	128,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,29	4,29	0	4,2	0	37,4
КАРТОФЕЛЬ	133,33	100	1,9	0,4	15,8	74,7
МОРКОВЬ	18,75	15	0,2	0	1	5,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,43	18	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,57	4,57	0	4,5	0	39,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,29	2,29	0,2	0	1,6	7,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,5	0,1	28,5	117,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	21,6	21,6	0	0	21	83,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,1	0,4	27,3	128,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			22,7	28,6	104,2	767,9
Полдник						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	6,1	8,1	27,6	208,5
КРУПА РИСОВАЯ	22,93	22,7	1,6	0,2	16,3	73,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	3,9	7,5	83,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8	106,0
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			14,9	17,0	65,4	481,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,1	60,5	224,5	1 639,9

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		6,7	6,9	26,6	195,5
КРУПА МАННАЯ	22,2	22,2	2,2	0,2	15,2	70,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	3,9	7,5	83,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/15		3,2	6,2	5,3	93,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,0	3,4	15,9	111,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			13,9	16,5	47,8	399,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,9	0,2	18,2	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	0,2	18,2	77,4
Обед						
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60/40		1,3	0,8	5,9	38,5
МОРКОВЬ	49,5	39,6	0,5	0	2,6	13,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	7,08	4,6	0,1	0	0,3	1,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,13	24,1	0,4	0	1,1	6,5
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,44	1,44	0,2	0	1	4,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,74	13,74	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,68	4,68	0,1	0,7	0,2	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,18	0,18	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10		1,8	5,3	6,5	90,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	90	72	1,3	0,1	3,3	19,6
КАРТОФЕЛЬ	46,67	35	0,7	0,1	5,5	26,2
МОРКОВЬ	18,75	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,11	2	0,1	0	0,2	1,0
ЧЕСНОК	0,47	0,4	0	0	0,1	0,6
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	70/30		20,5	40,5	4,2	462,7
СВИНИНА 1 КАТЕГОРИИ Б/К	120	120	19,8	32,4	0	370,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,8	5,8	0	5,6	0	50,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	2,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,8	44,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,95	0,8	0	0	0,1	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130		5,1	5,4	23,7	164,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38,38	38	4,7	1,3	21	113,5
МОРКОВЬ	22,5	18	0,2	0	1,2	6,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,43	18	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	91	91	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,2	0,2	19,5	82,1
ЯБЛОКИ	60	52,8	0,2	0,2	5	24,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,1	0,3	26,8	126,3
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			34,5	52,7	96,2	1 010,5
Полдник						
МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20		28,2	22,5	30,9	446,3
КРУПА МАННАЯ	6,6	6,6	0,7	0,1	4,6	21,0
САХАР ПЕСОК	7,6	7,6	0	0	7,4	29,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,8	19,8	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МОРКОВЬ	70,88	56,7	0,7	0,1	3,8	19,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,35 шт.	14,1	1,7	1,6	0,1	21,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,1	0,6	0,1	7,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	132,2	132,2	23,1	11,5	3,9	216,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	18,9	18,9	1,4	1,6	10,2	60,1
КЕФИР	200		5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			34,0	27,5	38,9	552,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			83,3	96,9	201,1	2 039,7

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	200		6,0	5,9	15,7	140,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	3,9	7,5	83,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	12,12	12	1,5	0,4	6,7	35,9
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		4,0	3,2	17,3	114,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			11,1	17,5	40,5	364,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60		0,9	2,4	3,5	39,0
СВЕКЛА	37,5	30	0,5	0	2,5	12,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	23,07	15	0,5	0	1	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СУП С КРУПОЙ ПШЕННОЙ И ТОМАТОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200		3,4	4,2	17,6	122,7
ПШЕНО	8,1	8	0,9	0,2	5,4	27,4
КАРТОФЕЛЬ	64	48	1	0,2	7,6	35,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,29	20,4	0,3	0	1,6	8,1
МОРКОВЬ	25,5	20,4	0,3	0	1,4	6,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,6	1,52	0,1	0	0,1	0,7
ЧЕСНОК	1,6	1,36	0,1	0	0,4	1,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	5	3,5	0,7	0,6	0	7,4
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200		25,2	23,8	15,6	378,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	187,5	150	2,6	0,2	6,9	40,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	139,53	120	21,6	18,6	0	253,8

КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,2	18,2	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	14,9	70,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			34,2	31,0	79,4	733,7
Полдник						
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ		60	10,5	11,1	2,0	150,8
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	125	60	10,2	5,1	0	87,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,8	24	0,3	0	2	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,9	4,0	27,2	160,7
КАРТОФЕЛЬ	220	165	3,2	0,7	26,1	123,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,4	58,6
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,2		13,1	54,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	12,6	50,3
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			16,5	15,3	54,7	424,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,2	64,2	184,4	1 569,8

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		8,2	8,1	30,5	228,7
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,4	30,4	3,6	1,8	18,2	103,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	3,9	7,5	83,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		3,9	3,2	16,1	109,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
			18,2	24,2	54,4	509,2
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,9	0,2	18,2	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	0,2	18,2	77,4
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,1	4,6	49,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	69,6	48,6	0,9	0	1,5	11,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
БОРЩ СИБИРСКИЙ С МЯСОМ	200/10		7,7	10,9	16,0	193,7
СВЕКЛА	65	52	0,8	0,1	4,5	21,1
КАРТОФЕЛЬ	34,67	26	0,5	0,1	4,1	19,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	32,5	26	0,5	0	1,2	7,1
МОРКОВЬ	18,75	15	0,2	0	1	5,1
ФАСОЛЬ КОНСЕРВЫ	11,43	8	0,2	0	0,5	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,52	1,52	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	4,21	4	0,1	0	0,3	1,9
СВИНИНА 1 КАТЕГОРИИ Б/К	34,88	30	4,9	8,1	0	92,5
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70/30		25,7	15,9	12,5	327,2

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	134,41	125	21,7	4,5	0	154,0
КРУПА РИСОВАЯ	9,8	9,7	0,7	0,1	7	31,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	33,37	28,03	0,4	0,1	2,2	11,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,3	34,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,71	0,6	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,45 шт.	18,11	2,2	2	0,1	27,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25	0,2	0	1,6	7,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,24	0,24	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	3,4	3,9	23,6	143,2
КАРТОФЕЛЬ	190,67	143	2,8	0,6	22,6	106,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,06	21,06	0,6	0,5	1	11,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,35	0,35	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,1	0,4	27,3	128,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			43,4	34,4	103,3	927,3

Полдник

ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ		100	23,6	17,0	78,4	563,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50,3	50,3	5,2	0,7	34,1	163,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,3	5,3	0	4,3	0	38,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,3	0,7	0,6	0	8,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	52	52	5,4	0,7	35,2	168,5
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,3	5,3	0	4,3	0	38,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,65	1	0,9	0,1	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,5	14,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,33	0,33	0	0,3	0	2,9
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	62,5	62,5	11	5,4	1,8	102,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			29,1	21,8	96,6	704,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			91,6	80,6	272,5	2 218,3

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180		2,8	13,7	15,4	203,4
КАРТОФЕЛЬ	76,8	57,6	1,2	0,2	9,1	43,1
МОРКОВЬ	25,13	20,1	0,3	0	1,4	6,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,13	34,5	0,6	0	1,6	9,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,5	0,1	2,8	13,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,7	41,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	14,1	14,1	0,4	2	0,5	28,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,9	6,9	0	5,5	0,1	50,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/15		3,2	6,2	5,3	93,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,0	3,4	15,9	111,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			10,0	23,3	36,6	407,4
II Завтрак						
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			5,2	4,5	7,2	95,4
Обед						
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60		1,3	3,3	6,1	64,3
СВЕКЛА	63,75	51	0,8	0,1	4,4	20,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,3	16,2	0,2	0	1,3	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200		4,6	2,9	15,6	106,4
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,47	14,4	3,2	0,2	6,7	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
МОРКОВЬ	18,75	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,52	1,52	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	4,21	4	0,1	0	0,3	1,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70/30		1,5	3,5	10,6	79,6
ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	60	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0	0	0	0,0

КРУПА РИСОВАЯ	5,86	5,8	0,4	0,1	4,2	18,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,24	12,8	0,2	0	1	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,7	4,7	0,5	0,1	3,2	15,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,35	1,35	0	1,1	0	9,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,35	1,35	0,1	0	0,9	4,4
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,71	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,45	0,45	0	0,4	0	3,3
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	3,7	3,4	23,7	140,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	34,67	34,67	3,7	0,5	23,7	113,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,73	3,73	0	3	0	27,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,87	0,87	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	14,7	62,8
ЯБЛОКИ	60	52,8	0,2	0,2	5	24,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,1	0,4	27,3	128,8
ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 1 СОРТА ОБОГАЩ. ЙОДОКАЗЕИНОМ	55	55	4,1	0,3	26,8	126,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,5	0,2	9,6	45,9
ХЛЕБ ИЗ СМЕСИ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			16,9	13,9	107,6	628,5
Полдник						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		200	26,0	19,4	4,9	298,2
РЫБА МИНТАЙ ПОТРАШЕННЫЙ	183,33	110	17	1	0	76,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0	4	0	35,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4	8	7,2	0,5	98,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,9	6,9	0	6,7	0	60,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,2	5,2	0,6	0,1	3,5	16,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,2	15,4	93,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			31,8	25,5	50,1	558,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,9	67,2	201,5	1 689,6

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 7"**, Курдюкова Светлана Геннадьевна,
Исполняющий обязанности заведующего

31.08.23 14:36 (MSK)

Сертификат 261E5BF877338D92C373424E77CAC380