

Утверждаю

Заведующий

Чаплинская Л.Н.



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205		7,2	8,3	35,0	262,4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ № 1	40	40	4,5	0,5	26,4	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,8	2,4	4,8	53,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,1		8,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
			10,5	12,4	50,5	360,4
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,6	0,6	14,8	66,3
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,8	66,3
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,4		0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,4	0,1	0,9	6,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10		4,1	4,6	7,6	87,9
КАРТОФЕЛЬ	36	28,8	0,6	0,1	4,6	21,5
МОРКОВЬ	7,6	5,7	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,8	5,7	0,1	0	0,5	2,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,6	108,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0	0,3	0	2,9
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,7	4,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	17,58	16	2,9	2,5	0	33,9
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,9	0	0	0,1	0,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		80	12,9	11,8	3,5	171,4
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	71,7	69	10,7	0,4	0	46,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,5	20,5	0,6	0,5	1	10,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,1	4,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	3,0	4,8	19,5	134,3
КАРТОФЕЛЬ	130	104	2	0,4	16,5	77,7
МОРКОВЬ	42,67	32	0,4	0	2,1	10,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,1	0,1	23,6	96,8
ЯБЛОКИ	25,6	22,6	0,1	0,1	2,1	10,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			23,7	22,1	76,0	600,3
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	3,3	7,7	33,2	215,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
МОРКОВЬ	21,65	16,24	0,2	0	1,1	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,71	0,1	0	0,7	3,5
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	44,24	43,76	3	0,4	31,4	141,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,06	1,06	0	0	0	0,0
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕННЫЕ	112,64	102,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5,5	2,0	3,5	
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20,3	20,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	7,3	2,3	29,3	144,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	19,5	19,5	2	0,3	13,2	63,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0	0,6	0	5,0

ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,2	0,1	0,3	3,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	8,9	8,9	1,6	0,8	0,3	14,6
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,4	0,4	0,1	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
			17,8	12,2	76,6	410,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,6	47,3	217,9	1 437,7



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		3,4	6,9	10,0	69,0
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ ВЫСШИЙ СОРТ	11	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		5,1	8,1	27,9	205,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,2	2,8	13,6	77,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,7	17,8	51,5	351,0
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,2	0,4	28,1	117,0
СОК ФРУКТОВЫЙ ВОССТАНОВЛЕННЫЙ	180	180	0,2	0,4	28,1	117,0
			0,2	0,4	28,1	117,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1		2,4	2,1	17,0	96,8
КАРТОФЕЛЬ	87,88	70,3	1,4	0,3	11,2	52,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	23,0
МОРКОВЬ	9,33	7	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,9	122,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕННЫЕ	16,15	14,7	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,5	0,1	1,9	12,0

ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,6	0,1	1,9	12,0
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		200	19,3	21,0	22,0	355,0
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	136,3	126,5	21,9	4,6	0	155,9
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	25,8	25,5	1,7	0,3	18,3	82,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	60,3	50,5	0,7	0,1	4	20,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,26 шт.	10,47	1,3	1,2	0,1	15,9
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,6	0,2	22,0	93,0
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУХИЕ	18	18	0,6	0,3	8,4	49,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			25,3	24,1	79,6	640,2
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		70	8,3	0,5	0,3	144,4
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	66,6	64,1	10	0,4	0	42,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21	21	0,6	0,5	1	11,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,7	14	0,2	0	1,1	5,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,6	17,5	119,4
КАРТОФЕЛЬ	138,75	111	2,1	0,4	17,6	82,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	21,7	88,2
ЯБЛОКИ	40	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,3	0,9	25,9	130,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ДРОЖОЖИ СУХИЕ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
			16,4	6,2	71,8	513,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,6	48,5	231,0	1 621,2

**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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,5	2,7	3,0	40,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,5	0,1	3	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0	0	0	0,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		15,4	21,0	2,9	149,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	2,86 шт.	115,12	14,2	12,8	0,8	175,3
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,2	1,1	2	22,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,1	7,1	0	6,9	0	61,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР БЕЛый КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			21,1	28,2	34,4	341,5
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СОРТОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГР. 1С	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	0,5	15,5	70,5
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,51	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1		1,4	4,1	6,1	69,1
КАРТОФЕЛЬ	24,38	19,5	0,4	0,1	3,1	14,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,7	32,5	0,6	0	1,5	8,8
МОРКОВЬ	10,93	8,2	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,5	0,1	0	0,5	2,6

ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,6	1,6	0,1	0	0,2	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70		9,1	11,3	14,9	196,8
ГОВЯДИНА Б/К	154	113	20,4	17,6	0	238,9
МОРКОВЬ	31,07	23,3	0,3	0	1,6	8,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,7	0,2	0	1	4,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		7,2	5,9	33,0	240,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА 1 с	60	60	7,4	1,9	33,3	179,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15		0,1		8,2	33,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0	0	0	0,0
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
			20,3	21,9	77,6	616,8
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200		16,0	16,1	14,2	314,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,3	106,7	1,8	0,1	4,9	29,0
ГОВЯДИНА Б/К	79	66,7	12	10,4	0	141,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	9	8,9	0,6	0,1	6,4	28,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,4	14,7	0,2	0	1,2	5,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,2	0,9	0,2	12,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4	0	0	0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,2	2,2	0,1	0	0,3	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180		0,1		16,9	64,8
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	14,4	14,4	0,1	0	0,4	4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	100		2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5

	21,7	19,3	53,9	525,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	63,7	69,9	181,4	1 554,4

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	21,32	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,5	5,9	6,9	122,4
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56,5	54,4	8,4	0,3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,5	8,5	0,6	0,2	4,3	21,6
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,4	0,3	0,6	6,7
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,4	0,3	0,6	6,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,5	2,0	9,8	67,0
МОРКОВЬ	73,73	55,3	0,7	0,1	3,7	18,8
РЕПА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ	30,9	22,8	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ВЫСШИЙ СОРТ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,3	1,8	0,4	25,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6			8,4	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			21,6	22,9	62,5	545,0
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,0	11,8	20,9	283,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,1	121,3	21,1	10,6	3,5	198,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ МАРКА М	8,7	8,7	0,9	0,1	5,9	27,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	8,7	8,7	0	0	8,4	33,7
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,7	0	3,1	15,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,0	4,0	9,8	98,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,9	5,1	9,8	110,0

МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	130	100	0,8	0,2	7,5	38,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	3,0	26,0	111,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	2,8	21,6	121,3
			32,1	19,0	64,2	531,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,7	57,4	194,1	1 526,2

Утверждаю

Заведующий

Наплинская Л.Н.

**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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		2,3	3,9	9,7	92,0
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ ВЫСШИЙ СОРТ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200		6,2	10,0	26,8	209,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	10	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	1,2	0,3	6,8	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0	4,9	0	43,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,2	2,8	13,6	77,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,7	16,7	50,1	378,0
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СОРТОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГР. 1С	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	0,5	15,5	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,8	2,9	1,5	45,6
СВЕКЛА	63,33	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20		5,6	5,3	11,8	117,4
КАРТОФЕЛЬ	82,63	66,1	1,3	0,3	10,5	49,4
МОРКОВЬ	8,8	6,6	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,6	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,6	1,6	0,1	0	0,2	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0

ГОВЯДИНА Б/К	25,5	21,3	3,9	3,3	0	45,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,8	0	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200		8,4	12,0	13,3	269,0
ГОВЯДИНА Б/К	106,87	90,2	16,3	14	0	190,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ	186,25	149	2,9	0,6	23,6	111,3
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,075 шт.	3,02	0,4	0,3	0	4,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,5	4,5	0,6	0	2,7	13,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	50		1,0	2,0	3,0	37,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,8	3,8	0,4	0	2,6	12,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,4		7,0	102,0
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ СУШОНЫЕ (КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ В/С	18,9	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			19,8	23,2	60,1	688,3
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,6	0,1	1,9	12,0
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150		5,3	8,4	28,9	242,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	40,6	40,6	4,4	0,5	27,7	133,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,2	24,2	0,7	0,6	1,2	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,1		8,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70		2,4	11,3	48,0	227,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6

ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,3	0,3	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	22,2	22	3,9	1,9	0,7	36,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
			8,4	19,8	87,3	517,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	60,2	213,0	1 654,3

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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205		7,2	8,3	35,0	226,4
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	38,8	38,8	4,4	1,1	26,5	132,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,7	2,4	4,6	51,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			11,4	12,8	63,5	378,4
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,2	0,4	28,1	117,0
СОК ФРУКТОВЫЙ ВОССТАНОВЛЕННЫЙ	180	180	0,2	0,4	28,1	117,0
			0,2	0,4	28,1	117,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,51	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10		4,9	4,0	20,5	138,3
КАРТОФЕЛЬ	41,25	33	0,7	0,1	5,2	24,6
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ 1 СОРТ	13,2	13,1	2,9	0,2	6,1	38,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	10,93	8,2	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,3	115,3	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,3	16,3	1,2	0,5	8,1	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0

ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	8,5	16,1	7,9	161,3
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	64	60	9,3	0,4	0	40,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	1/5 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	1,8	0,1	8,5	75,2
МОРКОВЬ	38,13	28,6	0,4	0	1,9	9,7
КАРТОФЕЛЬ	33,63	26,9	0,5	0,1	4,3	20,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ВЫСШИЙ СОРТ	19,9	13	0,4	0	0,8	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,4	28,6	0,5	0	1,3	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,6	1,1	11,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	22,7	105,4
ЯБЛОКИ	30,6	27	0,1	0,1	2,5	12,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0	0	5,4	21,8
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			19,3	21,3	84,4	604,2

Полдник

КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)		70	12,5	12,6	10,2	104,0
ГОВЯДИНА Б/К	70	59	10,7	9,1	0	124,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,4	12,4	0,9	0,4	6,2	31,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,9	2,5	19,6	99,3
КАРТОФЕЛЬ	132,38	105,9	2	0,4	16,8	79,1
МОРКОВЬ	38,4	28,8	0,4	0	1,9	9,8
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,8	7,1	24,8	103,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,7	0,5	24,2	115,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,2	0	1	4,8

САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,11	1,11	0	0,9	0	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,48	1,48	0	1,5	0	12,9
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,56	0,56	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,14	0,14	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5,5	2,0	3,5	153,9
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20,3	20,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			29,2	26,9	73,2	567,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,1	61,4	249,2	1 667,3



Утверждаю

Заведующий
Чаплинская Л.Н.**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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ ВЫСШИЙ СОРТ	11	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 С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		6,00	8,00	27,00	203,00
КРУПА МАННАЯ МАРКА М	29,7	29,7	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,59	17,70	50,60	349,00
II Завтрак						
СОК	180		0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,38	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5		4,17	4,98	12,26	112,87
КАРТОФЕЛЬ	117	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
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
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	15,38	14	2,47	2,50	0,00	32,32
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80		17,92	7,84	7,20	172,80

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	108,8	89,6	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	14,27	10,7	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ	13,33	8	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,40	6,90	13,40	125,10
КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,29	1,69	0,40	23,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,63	0,09	33,30	135,91
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ СУШОНЫЕ (КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ В/С	18	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0,01	0,00	5,46	21,86
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	198	198	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,88	65,90
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			29,42	20,80	93,06	680,78
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,00	16,10	221,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ МАРКА М	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,07 шт.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,96	2,48	6,61	52,71
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00

МАНДАРИН	130	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,39	8,31	35,87	235,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,9	8,9	0,04	7,12	0,07	64,57
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
			29,85	23,99	75,88	646,12
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,86	62,49	219,54	1 675,90

Утверждаю

Заведующий

Чаплинская Л.Н.



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,5	2,7	3,0	40,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,5	0,1	3	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0	0	0	0,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		15,4	21,0	2,9	149,0
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	2,86 шт.	115,12	14,2	12,8	0,8	175,3
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,2	1,1	2	22,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,1	7,1	0	6,9	0	61,9
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,8	3,2	15,6	107,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,6	0,4	0,2	6,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,1	2,7	5,1	57,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			23,9	31,0	28,5	358,5
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СОРТОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГР. 1С	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	0,5	15,5	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,4	0,1	3,9	41,3
МОРКОВЬ	36	27	0,4	0	1,8	9,2
ЯБЛОКИ	25	22	0,1	0,1	2,1	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		4,5	6,7	11,2	125,5
КАРТОФЕЛЬ	63,38	50,7	1	0,2	8,1	37,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,4	3,3	0,3	0	2,1	10,1
МОРКОВЬ	9,07	6,8	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,3	0	0	0,3	1,4

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	10,1	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШЕЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,4	127,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	21,32	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 4% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		70	2,3	7,1	11,3	118,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШЕЙ СОРТ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШЕЙ СОРТ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,23	0,23	0	0	0	0,0
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕННЫЕ	56,92	51,8	0	0	0	0,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		150	2,4	5,6	15,6	121,8
СВЕКЛА	218	163,5	2,4	0,2	14	66,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШЕЙ СОРТ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,4		7,0	102,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) В/С	18	18	0,4	0,1	11,4	49,1
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			13,6	20,5	72,5	626,4
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	60,9
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,2	2,0	9,8	88,0
МОРКОВЬ	73,73	55,3	0,7	0,1	3,7	18,8
РЕПА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ	30,9	22,8	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ВЫСШЕЙ СОРТ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,3	1,8	0,4	25,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	5,0	43,2	223,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,7	4,8	36,1	202,2
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,1		8,2	34,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0	0	0	0,0
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9

ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100		2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			15,5	14,2	76,6	513,5
			53,6	66,2	193,1	1 568,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						



Утверждаю

Заведующий

Чаплинская Л.Н.

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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		6,7	9,7	24,4	211,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,6	1,7	17,8	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			12,7	16,2	44,1	357,0
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛ	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,4		0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,4	0,1	0,9	6,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		4,2	6,4	7,9	108,6
СВЕКЛА	33,33	25	0,4	0	2,1	10,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5	0,2	0	0,6	3,4
КАРТОФЕЛЬ	15,63	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,7	4,7	0,2	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	21,32	16	2,9	2,5	0	33,9

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80		0,1		0,5	2,4
МОРКОВЬ	4,27	3,2	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	3,2	0	0	0,3	1,3
ФИЛЕ ГОРБУШИ	104,75	100,8	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,3	1,0	1,2	14,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,2	5,0	21,3	147,0
КАРТОФЕЛЬ	160	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,1		8,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			11,5	13,2	61,2	418,7
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180		14,4	14,4	12,8	191,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,6	0,1	4,4	26,1
ГОВЯДИНА Б/К	71,1	60	10,9	9,3	0	126,9
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	8,1	8	0,6	0,1	5,7	25,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	13,2	0,2	0	1,1	5,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,1	0,8	0,2	11,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0	0	0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,1	0	0,2	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180		0,1	0,1	21,7	88,2
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СОРТОВ СОЗРЕВАНИЯ1 ГР.1С	40	36	0,1	0,1	3,6	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75		3,5	9,0	36,3	201,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7	3,9	0,5	24,9	118,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2,6	2,6	0	0	2,5	10,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,4	0,4	0,1	0	0	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,2	0	1,2	5,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,75	1,75	0	1,6	0	15,2
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,35	0,25	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			21,8	26,1	81,7	567,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,5	56,0	208,0	1 439,6



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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40		1,9	2,8	21,1	90,7
ДЖЕМ	15	15	0,1	0	10,9	42,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		5,1	6,8	27,9	232,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6				8,4	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
			7,0	9,6	57,4	356,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,2	0,4	28,1	117,0
СОК ФРУКТОВЫЙ ВОССТАНОВЛЕННЫЙ	180	180	0,2	0,4	28,1	117,0
			0,2	0,4	28,1	117,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,8	2,9	4,0	45,6
СВЕКЛА	63,33	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,9	0	26,2
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		4,4	7,4	10,5	128,2
КАРТОФЕЛЬ	75	60	1,2	0,2	9,5	44,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,4	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	21,23	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0

СУФЛЕ КУРИНОЕ		70	2,2	3,7	2,5	52,3
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	3/10 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7	0,4	0,4	0,7	7,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШ. СОРТ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕННЫЕ	53,85	49	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	4,0	3,4	19,4	121,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	50,8	50,8	5,4	0,7	34,7	166,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШ. СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,1	0,1	21,7	88,2
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СОРТОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГР. 1С	40	36	0,1	0,1	3,6	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			15,1	18,5	81,6	553,1
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,3	0	1	5,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	17,5	16,5	16,9	216,3
ГОВЯДИНА Б/К	101,4	85,7	15,4	13,3	0	181,2
КАРТОФЕЛЬ	128	102,4	1,9	0,4	16,2	76,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,9	0,1	0	0,7	3,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШ. СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,4		25,0	102,0
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ СУШОНЫЕ (КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ В/С	18,9	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,2	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,8	7,1	24,8	169,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	35,56	35,56	3,7	0,5	24,2	115,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,48	1,48	0,2	0	1	4,8
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82.5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШ. СОРТ	1,11	1,11	0	0,9	0	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШ. СОРТ	1,48	1,48	0	1,5	0	12,9
ЯЙЦО КУРИННОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,56	0,56	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,14	0,14	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
			24,0	23,8	80,4	554,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,3	52,3	247,5	1 581,2