

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,7	4,3		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	179,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	265,2	265,2	0	0	30,3	144,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,7	4,7	0	3,8	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180				34,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	12,6	50,3
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	12,6	50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ					0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ					20,6	98,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
	53,9	35	1,1	0,1	2,2	13,6
			1,1	0,1	2,2	13,6
			22,8	38,0	86,7	783,0
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		140	22,2	15,6		
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	127,4	126,1	19,6	11	28,2	342,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,2	18,2	1,9	0,2	3,7	192,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	5,6	0,7	0,6	12,3	59,0
САХАР ПЕСОК	12,6	12,6	0	0	0	8,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	12,2	48,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА		80	0,1			34,0
ПОВИДЛО	16	16	0,1	0	13,4	53,7
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	10,3	41,2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	3,2	3,2	0	0	0,7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70,4	70,4	0	0	2,4	9,7
ЧАЙ		200	0,1			0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136	136	0	0	0,1	0,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2		0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЯБЛОКО					20,6	104,8
ЯБЛОКИ	181,8	160	0,6	0,6	15,7	75,2
			0,6	0,6	15,7	75,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,0	17,4	78,0	576,7
			69,2	81,2	225,5	1 919,5



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180		5,0	6,4	18,2	151,2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,1	1,1	10,8	61,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,8	100,8	2,8	2,4	4,7	52,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,6	66,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,4	3,7	12,3	100,6
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,3	7,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9	0	0	5,7	22,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,4	59,4	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
			12,5	17,9	51,2	416,6
Завтрак 2						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	19,8	86,0
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200		1,6	5,2	8,7	91,5
СВЕКЛА	41,38	33,1	0,5	0	2,8	13,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	26,43	18,5	0,4	0,1	2,9	13,8
МОРКОВЬ	11,25	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
РЫБА(ФИЛЕ ПРИПУЩЕННАЯ)	90		17,0	1,0	0,5	79,4
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	123,1	109,8	17	1	0	76,7
МОРКОВЬ	5,88	4,7	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,4	2,8	0	0	0,2	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ						
КАРТОФЕЛЬ		150	3,6	5,1	21,8	148,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	178,57	125	2,4	0,5	19,8	93,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	42	42	1,2	1,1	1,9	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)						
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	12,6	50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	176,4	176,4	0	0	12,6	50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
МОРКОВЬ		40	0,4		2,2	11,2
	40	32	0,4	0	2,2	11,2
			25,8	11,7	66,4	479,3
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ						
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ		160	22,9	24,3	17,6	405,3
КРУПА РИСОВАЯ	120	111,7	19,4	4	0	137,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,1	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	41,9	41,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	48	40,2	0,6	0,1	3,2	16,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	16	16	0,1	12,8	0,1	116,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,08 шт.	4,1	0,5	0,5	0	6,2
СОУС СМЕТАННЫЙ	6,1	6,1	0	5,9	0	53,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ						
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ		40	0,6	1,5	2,4	30,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ						
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		200	0,1		5,0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР ПЕСОК	136	136	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ						
БАТОН НАРЕЗНОЙ	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ						
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ						
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ						
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			28,9	29,9	67,9	685,3
			68,2	59,7	205,3	1 667,2



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	3,9	4,6	16,4	122,5
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	84	84	2,3	2	3,9	44,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,1	3,3	13,3	99,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0	1,3	6,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9	0	0	5,7	22,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		8	0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
			11,1	15,7	50,4	387,1
Завтрак 2						
КЕФИР		180	5,2	5,6	7,0	99,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	186	180	5,2	5,6	7	99,5
			5,2	5,6	7,0	99,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ		200	4,7	4,3	15,7	120,4
КАРТОФЕЛЬ	63,43	44,4	0,9	0,2	7	33,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БИТОЧЕК(ИЗ СВИНИНЫ)		80	12,1	28,3	12,0	351,0
СВИНИНА БК	84,7	72	10	23,3	0	249,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ		120	2,8	3,9	29,9	166,3
КРУПА РИСОВАЯ	42	41,6	2,8	0,4	29,9	134,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	252	252	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ			180			12,6	50,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК		13	13	0	0	12,6	50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ			50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ(ПОРЦИЯМИ)			40	0,6		3,6	17,0
СВЕКЛА		52	41,6	0,6	0	3,6	17,0
				23,4	36,9	94,4	803,9
Уплотненный полдник							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ			140	14,2	17,2	2,7	222,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,99 шт.		105	12,9	11,7	0,7	160,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42		42	1,2	1,1	1,9	22,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,6		5,6	0	4,5	0	40,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9		0,9	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)			15	3,4	4,3		53,0
СЫР	15,3		15	3,4	4,3	0	53,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ			200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200		200	5,6	4,9	9,3	104,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(ПЛЮШКА)			100	9,2	6,3	58,5	327,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	71		71	7,5	0,9	48,1	230,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3		3	0,3	0	2	9,7
САХАР ПЕСОК	7		7	0	0	6,8	27,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2		2	0	1,6	0	14,6
ДРОЖЖИ	1		1	0,1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1		1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	32		32	0,9	0,8	1,5	16,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3		3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.		3	0,4	0,3	0	4,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2		0,2	0	0,2	0	1,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:				32,4	32,7	70,5	707,3
				72,1	90,9	222,3	1 997,8



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		4,8	5,5	19,0	144,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	18	17,8	1,9	0,2	11,7	56,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180		3,4	2,9	11,5	86,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60		6,5	5,9	0,4	80,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,0 шт.	52,5	6,5	5,8	0,4	79,9
			17,8	22,1	51,6	476,3
Завтрак 2						
КЕФИР	180		5,2	5,6	7,0	99,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	186	180	5,2	5,6	7	99,5
			5,2	5,6	7,0	99,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ	200		2,4	2,3	17,2	99,5
КАРТОФЕЛЬ	95,29	66,7	1,3	0,3	10,6	49,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	26,2
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ(ИЗ ОТВАРНОЙ КУРЫ)	80		13,4	18,1	6,8	242,9
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	76,8	55,3	9,8	9,9	0	127,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	13,7	1,6	1,6	0,1	20,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,5	5,3	11,1	108,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215,6	172,5	3	0,2	7,9	46,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МОРКОВЬ	3,88	3,1	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,4	0,1	0	0,5	2,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,2	0	0,7	3,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			12,6	50,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	12,6	50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			22,5	26,1	68,3	599,8
Уплотненный полдник						
КОТЛета РЫБНАЯ		80	10,2	4,8	12,0	131,3
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	59,2	52,5	8,1	0,5	0	36,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,6	5,1	21,8	147,9
КАРТОФЕЛЬ	178,43	124,9	2,4	0,5	19,8	93,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42	42	1,2	1,1	1,9	22,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		200	0,1		5,0	20,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136	136	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0,2		0,3	2,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20,3	20	0,2	0	0,3	2,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,6	13,1	74,6	490,1
			64,1	66,9	201,5	1 665,7



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		180	4,3	5,5	23,9	162,8
КРУПА РИСОВАЯ						
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,4	23,2	1,6	0,2	16,7	75,0
САХАР ПЕСОК	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		180	3,4	2,9	11,5	86,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	55	55	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		8	0,1	6,6	0,1	60,0
	8	8	0	6,6	0,1	59,8
			10,8	16,2	56,1	414,4
Завтрак 2						
КЕФИР		180	5,2	5,6	7,0	99,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	186	180	5,2	5,6	7	99,5
			5,2	5,6	7,0	99,5
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МБ, СО СМЕТАНОЙ		200	2,0	5,3	13,4	113,9
КАРТОФЕЛЬ						
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	85,71	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	4	4	0,4	0	2,6	12,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	13,7	13,6	0,1	0	0,2	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ		180	17,3	14,5	27,2	309,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ						
КАРТОФЕЛЬ	93	69,7	12,1	8,8	0	127,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	219,71	153,8	3	0,6	24,3	114,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	28,8	28,8	0,8	0,7	1,4	15,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,17 шт.	9	1,1	1	0,1	13,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	21,6	18,1	0,3	0	1,5	7,2
	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		40	0,6	1,5	2,4	30,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ			0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,1	3,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	30	30	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0,3	0,3				
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		180			12,6	50,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	12,6	50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ		20	0,2		0,5	2,8
	21,5	20	0,2	0	0,5	2,8
			23,3	21,7	76,7	605,0
Уплотненный полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		140	19,3	16,1	22,1	318,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ		106,4	105,3	16,3	9,2	3,1
КРУПА МАННАЯ		11,2	11,2	1,2	0,1	7,7
САХАР ПЕСОК		8,4	8,4	0	0	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)		0,18 шт.	7	0,9	0,8	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		4,2	4,2	0	3,4	0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ		4,2	4,2	0,6	0	2,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ		18,2	18,2	0,5	2,6	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,3	0,3	0	0	0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		70	1,3	3,7	7,6	69,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		35	35	1	0,9	1,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		3,5	3,5	0	2,8	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		2,8	2,8	0,3	0	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		35	35	0	0	0
САХАР ПЕСОК		4,2	4,2	0	0	4,1
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		200	0,1		5,0	20,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		0,3	0,3	0,1	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		136	136	0	0	0
САХАР ПЕСОК		5	5	0	0	4,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	40	3	1,2	20,6
ГРУША		160	0,6	0,5	16,5	75,2
ГРУША		177,7	160	0,6	0,5	16,5
						75,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			24,3	21,5	71,8	587,5
			63,6	65,0	211,6	1 706,4

Утверждаю
Заведующий
Муранова Е.В.



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	180		5,5	6,5	21,3	166,4
КРУПА КУКУРУЗНАЯ						
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,2	24,8	3	1,5	14,4	82,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
САХАР ПЕСОК	61,2	61,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180		3,4	2,9	11,5	86,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ						
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	55	55	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		0,1	6,6	0,1	60,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	8	0	6,6	0,1	59,8
СЫР	15		3,4	4,3	0	53,0
	15,3	15	3,4	4,3	0	53,0
			15,4	21,5	53,5	471,0
Завтрак 2						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
			5,6	4,9	9,3	104,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МБУЛЬОНЕ	200		1,9	2,7	14,5	89,7
КАРТОФЕЛЬ						
МОРКОВЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ СВИНИНЫ	60/60		12,1	31,6	2,4	343,5
СВИНИНА БК						
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	93,6	84,2	11,6	27,2	0	291,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,1	4,1	0	4	0	35,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,5	8,8	0,1	0	0,7	3,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,1	0,4	0,1	5,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120		4,4	4,0	27,9	165,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,8	40,8	4,4	0,5	27,9	133,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,8	244,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			12,6	50,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	12,6	50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)		40	0,4		2,2	11,2
МОРКОВЬ	40	32	0,4	0	2,2	11,2
			22,0	38,7	80,2	758,6
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ		150	8,1	6,6	44,7	272,4
КРУПА РИСОВАЯ	45,6	45,1	3,1	0,5	32,4	145,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,6	93,6	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	24,4	24,1	3,8	2,1	0,7	36,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,6	3,6	0,5	0	2,1	10,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,6	3,6	0,1	0,5	0,1	7,2
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА		80	0,1		13,4	53,7
ПОВИДЛО	16	16	0,1	0	10,3	41,2
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	3,2	3,2	0	0	2,4	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70,4	70,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ		200	0,1		0,1	0,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136	136	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			13,6	10,7	101,1	556,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,6	75,8	244,1	1 891,1



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180		5,0	6,4	18,2	151,2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,1	1,1	10,8	61,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,8	100,8	2,8	2,4	4,7	52,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,6	66,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		4,1	3,3	13,3	99,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0	1,3	6,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9	0	0	5,7	22,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	8	0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60		6,5	5,9	0,4	80,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,0 шт.	52,5	6,5	5,8	0,4	79,9
Завтрак 2						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
Обед						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200		1,8	4,9	12,4	104,5
СВЕКЛА	42,13	33,7	0,5	0	2,9	13,8
КАРТОФЕЛЬ	65,86	46,1	0,9	0,2	7,3	34,4
МОРКОВЬ	11,25	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80		10,2	4,8	12,0	131,3
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	59,2	52,5	8,1	0,5	0	36,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,6	5,1	21,8	147,9
КАРТОФЕЛЬ	178,43	124,9	2,4	0,5	19,8	93,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42	42	1,2	1,1	1,9	22,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			12,6	50,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	12,6	50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		20	0,2		0,3	2,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20,3	20	0,2	0	0,3	2,6
			19,0	15,2	79,7	535,5
Уплотненный полдник						
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (СВИНИНА)		170	16,7	17,0	12,6	271,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	129,1	103,2	1,8	0,1	4,8	28,0
ГОВЯДИНА Б/К	86,6	78	14,1	12,1	0	164,9
КРУПА РИСОВАЯ	9,4	9,4	0,7	0,1	6,8	30,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,3	14,6	0,2	0	1,2	5,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
СОУС СМЕТАННЫЙ		40	0,6	1,5	2,4	30,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		200	0,1		5,0	20,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136	136	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,7	22,6	62,9	551,0
			61,4	61,4	215,0	1 668,3



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		180	5,4	5,9	23,1	167,1
ПШЕНО		23,4	23,2	2,6	0,6	79,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		97,2	97,2	2,7	2,3	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		64,8	64,8	0	0	0
САХАР ПЕСОК		2,8	2,8	0	0	2,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,6	0,6	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		3,6	3,6	0	2,9	0
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		180	3,4	2,9	11,5	26,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		0,3	0,3	0,1	0	86,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		55	55	0	0	0,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		120	120	3,4	2,9	0
САХАР ПЕСОК		6	6	0	0	5,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	40	3,0	1,2	5,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	40	3	1,2	23,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		8	8	0,1	6,6	20,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		8	8	0	6,6	0,1
			11,9	16,6	55,3	59,8
Завтрак 2						
КЕФИР		180	5,2	5,6	7,0	99,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ		186	186	5,2	5,6	7
			5,2	5,6	7,0	99,5
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МБУЛЬОНЕ		200	1,9	4,1	12,1	93,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ		16	16	1,7	0,2	11
МОРКОВЬ		10	8	0,1	0	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ		9,52	8	0,1	0	0,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		4	4	0	3,9	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		192	192	0	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		1	1	0	0	0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ		180	15,1	18,1	22,3	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ		93	69,7	12,1	8,8	312,6
КАРТОФЕЛЬ		177,43	124,2	2,4	0,5	0
МОРКОВЬ		23,38	18,7	0,2	0	127,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ		21,6	18,1	0,3	0	19,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		9	9	0	8,7	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		1,3	1,3	0	0	1,5
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		20	20	0,2	0	0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ		21,5	20	0,2	0	0,5
						2,8

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ							
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		180					
САХАР ПЕСОК	11	11	0		12,6		50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0		0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	176,4	176,4	0	0	12,6		50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	0		0,0
	50	50	3,2	0,4	20,6		98,9
			20,4	22,6	20,6		98,9
Уплотненный полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА							
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ		140	22,0	14,6	21,7		306,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	127,4	126,1	19,6	11	3,7		192,1
КРУПА МАННАЯ	16,8	16,8	0,5	0,4	0,8		8,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	11,2	11,2	1,2	0,1	7,7		35,7
САХАР ПЕСОК	0,13 шт.	7	0,9	0,8	0		10,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	9,8	9,8	0	0	9,5		37,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,1	0,1	0	0	0		0,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	2,9	2,9	0	2,3	0		21,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		70	1,3	3,7	7,6		69,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	35	35	1	0,9	1,6		18,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0	2,8	0		25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,8	2,8	0,3	0	1,9		9,1
САХАР ПЕСОК	35	35	0	0	0		0,0
ЧАЙ	4,2	4,2	0	0	4,1		16,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		200	0,1		0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	136	136	0	0	0		0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		100	7,4	5,7	63,3		333,8
САХАР ПЕСОК	56	56	5,8	0,7	37,9		181,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	0	2,9		11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,6	2,6	0	2	0		18,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,06 шт.	3	0,4	0,3	0		4,6
ДРОЖЖИ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	1,8	1,8	0,2	0	0		1,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	22	22	0,6	0,6	1,1		11,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,2	2,2	0,2	0	1,5		7,1
ПОВИДЛО	1,8	1,8	0	1,7	0		15,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	31	31	0,1	0	19,9		79,8
	0,2	0,2	0	0,2	0		1,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,8	24,0	92,7		709,8
			68,3	68,8	223,1		1 785,8



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		180	4,9	5,9	19,3	150,4
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18	17,8	1,7	0,2		
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	3,2	2,7	11,3	54,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,6	75,6	0	0	5,2	59,4
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	2,7	10,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,1	3,3	13,3	99,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0	1,3	6,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9	0	0	5,7	22,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		8	0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,4	4,3		53,0
СЫР	15,3	15	3,4	4,3	0	53,0
			15,5	21,3	53,3	468,0
Завтрак 2						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
			5,6	4,9	9,3	104,8
Обед						
ЩИ СО СМЕТАНОЙ		200	1,7	5,2	5,7	79,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70,4	56	1	0,1	2,5	15,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
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	1	0	0	0	0,0
ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ (СВИНИНА)		100/100	13,6	30,4	17,5	400,6
СВИНИНА БК	89,7	76,3	10,6	24,6	0	264,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,1	5,1	0,1	0,1	0,2	2,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7,8
КРУПА РИСОВАЯ	15,1	15	1,1	0,2	10,8	48,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,3	32,3	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ							
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	144,3	144,3	0	0	0	0,0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	24,3	20,3	0,3	0	1,6	8,1	8,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0	3,9	0	34,9	34,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4	19,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	0,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0	12,0
СВЕКЛА		80	1,3	2,8	8,4	64,1	64,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	112,75	90,2	1,4	0,1	7,7	36,8	36,8
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6	24,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7	2,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		180			12,6	50,3	50,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	12,6	50,3	50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	176,4	176,4	0	0	0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9	98,9
	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9	98,9
			19,8	38,8	64,8	693,8	693,8
Уплотненный полдник							
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ		80	9,1	4,3	4,8	94,7	94,7
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ			8,1	0,5	0	36,7	36,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,2	52,5	0	0	0	0,0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	20	20	1,1	0	4,8	23,2	23,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8	8	0	3,9	0	34,9	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ		150	3,6	5,1	21,8	147,9	147,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	178,43	124,9	2,4	0,5	19,8	93,3	93,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	42	42	1,2	1,1	1,9	22,0	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7	32,7
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	1,5	1,5	0	0	0	0,0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		200	0,1		5,0	20,1	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7	0,7
САХАР ПЕСОК	136	136	0	0	0	0,0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	5	5	0	0	4,9	19,4	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8	104,8
ЯБЛОКО	40	40	3	1,2	20,6	104,8	104,8
ЯБЛОКИ		160	0,6	0,6	15,7	75,2	75,2
	181,8	160	0,6	0,6	15,7	75,2	75,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			16,4	11,2	67,9	442,7	442,7
			57,3	76,2	195,3	1 709,3	1 709,3



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		4,8	5,5	19,0	144,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	18	17,8	1,9	0,2	11,7	56,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180		3,4	2,9	11,5	86,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60		6,5	5,9	0,4	80,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,0 шт.	52,5	6,5	5,8	0,4	79,9
			17,8	22,1	51,6	476,3
Завтрак 2						
КЕФИР	180		5,2	5,6	7,0	99,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	186	180	5,2	5,6	7	99,5
			5,2	5,6	7,0	99,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200		5,9	2,3	12,9	95,7
КАРТОФЕЛЬ	105,29	73,7	1,5	0,3	11,6	55,0
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	24	24	4,3	0	0	17,1
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/80		19,1	12,2	3,9	228,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	113	105	18,2	3,8	0	129,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	7,1	7,1	0	6,9	0	61,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,2	10,2	0,3	1,5	0,4	20,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6

ВОДА ПИТЬЕВАЯ						
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	48,5	48,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА		110	6,2	4,7	27,8	178,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,7	50,2	6,1	1,6	27,8	150,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	76,3	76,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		180			12,6	50,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	12,6	50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ		20	0,2		0,8	4,9
	21,2	20,3	0,2	0	0,8	4,9
			34,6	19,6	78,6	656,9
Уплотненный полдник						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		80	13,1	18,7	13,0	272,4
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ						
БАТОН НАРЕЗНОЙ	82,2	59,2	10,5	10,6	0	136,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	20,8	20,8	0,6	0,5	1	10,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ		150	3,5	5,3	11,0	107,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	215,7	172,5	3	0,2	7,9	46,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МОРКОВЬ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,88	3,1	0	0	0,2	1,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,2	0	0,7	3,5
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		200	0,1		5,0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР ПЕСОК	136	136	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,0	28,1	71,9	630,1
			79,6	75,4	209,1	1 862,8