



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 1						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180		4,9	5,9	19,3	150,4
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18	17,8	1,7	0,2	11,3	54,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	3,2	2,7	5,2	59,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,6	75,6	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
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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,4	4,3		53,0
СЫР	15,3	15	3,4	4,3	0	53,0
			14,8	20,9	51,5	455,0
Завтрак 2						
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
			5,1	4,4	8,4	94,3
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200		1,7	4,9	9,0	90,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	57,43	40,2	0,8	0,2	6,4	30,1
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,6	6,4	0,2	0	0,4	2,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	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
ШНИЦЕЛЬ (ИЗ СВИНИНЫ)	80		12,1	28,3	12,0	351,0
СВИНИНА БЖ	84,7	72	10	23,3	0	249,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36,6
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	0,8	0,8	0	0	0	0,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	4,0	3,7	25,6	151,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37,4	37,4	4	0,5	25,6	122,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	224,4	224,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
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
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ		30	0,8	0,1	1,8	10,8
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	39,9	27,9	0,9	0,1	1,7	10,9
			21,8	37,4	81,6	752,8
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		130	20,6	14,5	26,2	317,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	118,3	117,1	18,1	10,2	3,4	178,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,9	16,9	1,7	0,2	11,4	54,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,2	0,7	0,6	0	8,0
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0	0	11,3	45,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
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
ЯБЛОКО		160	0,6	0,6	15,7	75,2
ЯБЛОКИ	181,8	160	0,6	0,6	15,7	75,2
			24,4	16,3	76,0	552,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,1	79,0	217,5	1 854,2

Утверждаю
Заведующий
Муранова Е.В.



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						
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	200					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	25	25	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
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)		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
			25,6	11,7	64,7	470,9
Уплотненный полдник						
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ						
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ		100	13,1	15,3	12,6	252,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	60	55,8	9,7	2	0	68,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	21,7	18,2	0,3	0	1,5	7,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	0,16 шт.	8,3	1,1	1	0,1	12,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	12	12	0	11,6	0	104,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	0	0	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА		80	4,5	3,4	20,2	129,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,9	36,5	4,5	1,2	20,2	109,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	55,5	55,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
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		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:			23,6	24,3	83,1	661,7
			61,7	53,9	199,0	1 549,2

Утверждаю

Заведующий

Муранова Е.В.



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		100	2,4	3,3	24,9	138,9
КРУПА РИСОВАЯ	35	34,7	2,3	0,3	24,9	112,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
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 ,ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		50	1,0	2,7	4,8	52,1
СВЕКЛА	55,38	44,3	0,7	0	3,8	18,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,6
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7	0,3	1,7	0,4	23,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,6	0,6	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,6	0,6	0	0,5	0	4,4
			23,4	39,0	90,6	811,6
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	1,4	1,4	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		180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
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:			31,9	32,2	69,6	696,8
			71,6	92,5	217,6	1 995,0

Утверждаю

Заведующий

Муранова Е.В.



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
			11,3	16,2	51,2	396,3
Завтрак 2						
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	180					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
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	3,6	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
			22,6	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 СОЛЕННЫЙ		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
			52,5	55,4	194,1	1 486,2

Утверждаю
Заведующий
Муранова Е.В.



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	23,4	23,2	1,6	0,2	16,7	75,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
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
			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	85,71	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,4	0	2,6	12,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,7	13,6	0,1	0	0,2	1,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	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
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180		17,3	14,5	27,2	309,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	93	69,7	12,1	8,8	0	127,7
КАРТОФЕЛЬ	219,71	153,8	3	0,6	24,3	114,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,8	28,8	0,8	0,7	1,4	15,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	9	1,1	1	0,1	13,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18,1	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	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	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
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 СВЕЖИЙ		20	0,2		0,5	2,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	21,5	20	0,2	0	0,5	2,8
			23,3	21,7	76,7	605,0
Уплотненный полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		130	18,0	15,0	20,5	295,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	98,8	97,8	15,1	8,5	2,8	148,9
КРУПА МАННАЯ	10,4	10,4	1,1	0,1	7,1	33,2
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0	0	7,6	30,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,9	3,9	0,5	0	2,3	11,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	16,9	16,9	0,4	2,4	0,6	33,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	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	18,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,8	2,8	0,3	0	1,9	9,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35	35	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
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
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:			23,0	20,4	70,2	564,8
			62,3	63,9	210,0	1 683,7

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		53,0
	15,3	15	3,4	4,3	0	53,0
			15,4	21,5	53,5	471,0
Завтрак 2						
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
			5,1	4,4	8,4	94,3
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МБУЛЬОНЕ	200		1,9	2,7	14,5	89,7
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	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	93,6	84,2	11,6	27,2	0	291,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,1	4,1	0	4	0	35,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,8	0,1	0	0,7	3,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,6	2,6	0,1	0,4	0,1	5,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	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	110		4,0	3,6	25,6	150,9

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37,4	37,4	4	0,5	25,6	122,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	224,4	224,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
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
			21,6	38,3	77,9	744,5
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ		140	13,0	10,1	33,2	277,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	56	55,4	8,6	4,9	1,6	84,4
КРУПА РИСОВАЯ	28	27,8	1,8	0,3	20	89,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28	28	0,8	0,7	1,3	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	9,1	1,2	1	0,1	13,9
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,4	3,4	0,4	0	2	9,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,5	3,5	0,1	0,5	0,1	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,5	14,2	89,6	561,7
			60,6	78,4	229,4	1 871,5

Утверждаю
Заведующий
Муранова Е.В.



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		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
			18,7	23,4	52,6	495,8
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 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 СВЕЖИЙ		20	0,2		0,5	2,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	21,5	20	0,2	0	0,5	2,8
			19,0	15,2	79,9	535,7
Уплотненный полдник						
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (СВИНИНА)		170	13,5	30,1	12,6	376,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	129,1	103,2	1,8	0,1	4,8	28,0
СВИНИНА БК	86,67	78	10,9	25,2	0	270,1
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
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	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
			19,5	35,7	62,9	656,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,2	74,5	215,2	1 773,7

Утверждаю
Заведующий
Муранова Е.В.



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	15,8	79,2
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
			11,9	16,6	55,3	418,7
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 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	52,5
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192	192	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180		15,1	18,1	22,3	312,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	93	69,7	12,1	8,8	0	127,7
КАРТОФЕЛЬ	177,43	124,2	2,4	0,5	19,6	92,7
МОРКОВЬ	23,38	18,7	0,2	0	1,3	6,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18,1	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	9	9	0	8,7	0	78,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20		0,2		0,5	2,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	21,5	20	0,2	0	0,5	2,8

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ							
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		180				12,6	50,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	12,6	50,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	176,4	176,4	0	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4		20,6	98,9
	50	50	3,2	0,4		20,6	98,9
			20,4	22,6		68,1	557,8
Уплотненный полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА							
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ		130	20,5	13,6		20,1	284,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	118,3	117,1	18,1	10,2		3,4	178,3
КРУПА МАННАЯ	15,6	15,6	0,5	0,4		0,7	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	10,4	10,4	1,1	0,1		7,1	33,2
САХАР ПЕСОК	0,12 шт.	6,5	0,8	0,7		0	9,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	9,1	9,1	0	0		8,8	35,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,1	0,1	0	0		0	0,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	2,7	2,7	0	2,1		0	19,6
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	7,5	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:			29,4	23,0		91,1	688,0
			66,9	67,8		221,5	1 764,0



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 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
			11,3	16,2	51,2	396,3
Завтрак 2						
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	180					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200		5,8	2,3	12,9	95,3
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. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	24	24	4,2	0	0	16,7
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
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,5	48,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,2	10,2	0,3	1,5	0,4	20,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	5,6	4,3	25,3	161,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	46,1	45,6	5,5	1,5	25,2	136,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,4	69,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
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
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		20	0,2		0,8	4,9
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	21,2	20,3	0,2	0	0,8	4,9
			33,9	19,2	76,1	639,8
Уплотненный полдник						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		70	11,5	16,4	11,3	238,4
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	71,9	51,8	9,1	9,2	0	119,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,5	5,3	11,0	107,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215,7	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	6,3	0,1	0	0,5	2,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,2	0	0,7	3,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	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
			20,4	25,8	70,2	596,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,6	61,2	197,5	1 632,2



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 ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180		4,9	5,9	19,3	150,4
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18	17,8	1,7	0,2	11,3	54,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	3,2	2,7	5,2	59,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,6	75,6	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		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	180		5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			5,1	4,4	8,4	94,3
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА КБ	200		2,9	5,1	8,4	96,1
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	8	5,8	1,1	1,1	0	13,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,7	10,7	0,3	1,6	0,4	21,3
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	53,3	42,7	0,8	0	1,9	11,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,3	11,2	0,2	0	0,9	4,5
МОРКОВЬ	13,38	10,7	0,1	0	0,7	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	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	15,15	15	1,1	0,2	10,8	48,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,3	32,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,3	144,3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,3	20,3	0,3	0	1,6	8,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		80	1,3	2,8	8,4	64,1
СВЕКЛА	112,75	90,2	1,4	0,1	7,7	36,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
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
			21,0	38,7	67,5	710,0
Уплотненный полдник						
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ		80	10,2	4,8	12,0	131,3
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	59,2	52,5	8,1	0,5	0	36,7
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
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36,6
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
ЯБЛОКО		160	0,6	0,6	15,7	75,2
ЯБЛОКИ	181,8	160	0,6	0,6	15,7	75,2
			17,5	11,7	75,1	479,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,1	76,1	204,3	1 751,6