

Утверждаю

Заведующий

Муранова Е.В.



## МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150		4,1	4,9	16,1	125,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15	14,85	1,5	0,2	9,4	45,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	94,5	94,5	2,6	2,3	4,4	49,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	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
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
			<b>12,2</b>	<b>16,6</b>	<b>43,1</b>	<b>371,0</b>
<b>Завтрак 2</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,2	3,6	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
			<b>4,2</b>	<b>3,6</b>	<b>7,0</b>	<b>78,6</b>
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150		1,3	3,7	6,7	67,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	43,07	30,15	0,6	0,1	4,8	22,5
МОРКОВЬ	7,8	6,24	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,2	4,8	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ШНИЦЕЛЬ ( ИЗ СВИНИНЫ)	70		10,6	24,8	10,5	307,1
СВИНИНА БК	74,1	63	8,7	20,4	0	218,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
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

<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		80	2,9	2,6	18,6	109,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	27,2	27,2	2,9	0,4	18,6	89,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	163,2	163,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
<b>КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ</b>		20	0,6		1,2	7,2
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	26,6	18,6	0,6	0	1,2	7,2
			<b>18,0</b>	<b>31,4</b>	<b>64,0</b>	<b>612,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА</b>		110	17,4	12,3	22,2	269,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	100,1	99,1	15,4	8,6	2,9	150,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,3	14,3	1,5	0,2	9,7	46,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	5 шт.	4,4	0,6	0,5	0	6,7
САХАР ПЕСОК	9,9	9,9	0	0	9,6	38,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27,1
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА</b>		50			8,3	33,4
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,8
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	2	2	0	0	1,6	6,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44	0	0	0	0,0
<b>ЧАЙ</b>		180	0,1		0,1	0,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b>		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>ЯБЛОКО</b>		120	0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	136,3	120	0,5	0,5	11,8	56,4
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>20,3</b>	<b>13,7</b>	<b>57,8</b>	<b>438,4</b>
			<b>54,7</b>	<b>65,3</b>	<b>171,9</b>	<b>1 500,4</b>



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		4,2	5,4	15,2	125,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,7	0,9	9	51,2
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
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			<b>11,0</b>	<b>15,0</b>	<b>43,0</b>	<b>350,1</b>
<b>Завтрак 2</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,4</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150		1,2	3,9	6,5	68,5
СВЕКЛА	31,08	24,86	0,4	0	2,1	10,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	19,79	13,85	0,3	0,1	2,2	10,4
МОРКОВЬ	8,43	6,74	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,05	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
РЫБА(ФИЛЕ ПРИПУЩЕННАЯ)	70		13,3	0,8	0,4	61,8
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	95,7	85,4	13,2	0,8	0	59,7
МОРКОВЬ	4,63	3,7	0	0	0,3	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,2	0	0	0,2	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,9	4,1	17,4	118,4
КАРТОФЕЛЬ	142,86	100	1,9	0,4	15,8	74,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,6	33,6	1	0,8	1,6	17,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		10	0,1		0,3	1,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	10,8	10	0,1	0	0,3	1,4
			<b>20,1</b>	<b>9,1</b>	<b>51,6</b>	<b>371,0</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ		60	7,9	9,2	7,6	151,4
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	36	33,48	5,8	1,2	0	41,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9	9	1	0,1	6,1	29,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	7,2	7,2	0	7	0	62,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0	0	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		60	3,4	2,6	15,2	97,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	27,7	27,4	3,4	0,9	15,1	81,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,6	41,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
СОУС СМЕТАННЫЙ		30	0,4	1,1	1,8	22,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,2	1,1	0,3	15,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		180	0,1		4,5	18,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			<b>15,6</b>	<b>15,8</b>	<b>59,4</b>	<b>451,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,3</b>	<b>40,0</b>	<b>166,4</b>	<b>1 225,9</b>



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			<b>10,4</b>	<b>13,8</b>	<b>45,2</b>	<b>345,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
КЕФИР	150		4,4	4,7	5,8	82,9
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	4,7	5,8	82,9
			<b>4,4</b>	<b>4,7</b>	<b>5,8</b>	<b>82,9</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150		3,5	3,2	11,8	90,3
КАРТОФЕЛЬ	47,57	33,3	0,7	0,1	5,2	24,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	7,8	6,24	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БИТОЧЕК( ИЗ СВИНИНЫ)	70		10,6	24,8	10,5	307,1
СВИНИНА БК	74,1	63	8,7	20,4	0	218,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,8	16,8	0	0	0	0,0
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
РИС ОТВАРНОЙ	80		1,9	2,5	19,8	109,5
КРУПА РИСОВАЯ	28	27,6	1,8	0,3	19,8	89,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168	168	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>			150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК		10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		147	147	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>			40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
<b>СВЕКЛА ,ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>			30	0,6	1,6	2,9	31,6
СВЕКЛА		33,25	26,6	0,4	0	2,2	10,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		0,3	0,3	0	0,2	0	2,1
САХАР ПЕСОК		0,1	0,1	0	0	0,1	0,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ		7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		0,4	0,4	0	0	0,3	1,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		0,4	0,4	0	0,3	0	2,9
				<b>19,2</b>	<b>32,4</b>	<b>72,0</b>	<b>659,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>			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		0,8	0,8	0	0	0	0,0
<b>СЫР (ПОРЦИЯМИ)</b>			10	2,3	2,9		35,3
СЫР		10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>			180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		180	180	5	4,4	8,3	94,3
<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(ПЛЮШКА)</b>			80	7,3	5,1	46,8	261,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		56,8	56,8	5,9	0,7	38,5	184,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
САХАР ПЕСОК		5,6	5,6	0	0	5,4	21,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ДРОЖЖИ		0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		25,6	25,6	0,7	0,6	1,2	13,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.		2,4	0,3	0,3	0	3,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
				<b>28,9</b>	<b>29,6</b>	<b>57,9</b>	<b>614,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>				<b>62,9</b>	<b>80,5</b>	<b>180,9</b>	<b>1 702,2</b>



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,0	4,6	15,8	120,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	15	14,85	1,6	0,2	9,8	47,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	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
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			<b>9,8</b>	<b>13,4</b>	<b>42,8</b>	<b>330,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,4</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ	150		1,8	1,8	12,9	74,6
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	7,75	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,1	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СУФЛЕ( ИЗ ОТВАРНОЙ КУРЫ)	60		10,0	13,5	5,0	181,8
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	57,6	41,5	7,4	7,4	0	95,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,3	1,3	1,2	0,1	15,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,2	5,2	0,6	0,1	3,5	16,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0

КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120	2,8	4,2	9,4	88,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	172,5	138	2,4	0,1	6,3	37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МОРКОВЬ	3,13	2,5	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,1	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			17,2	19,8	54,3	465,8
<b>Уплотненный полдник</b>						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		70	8,9	4,2	10,5	114,9
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	51,81	45,9	7,1	0,4	0	32,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,9	4,1	17,4	118,4
КАРТОФЕЛЬ	142,86	100	1,9	0,4	15,8	74,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,6	33,6	1	0,8	1,6	17,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		180	0,1		4,5	18,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
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		10	0,1		0,2	1,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	10	0,1	0	0,2	1,3
			15,8	11,2	62,9	414,7
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,4</b>	<b>44,5</b>	<b>172,4</b>	<b>1 265,2</b>





## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		3,6	4,6	19,9	135,5
КРУПА РИСОВАЯ	19,5	19,31	1,4	0,2	13,9	62,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
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
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			<b>9,4</b>	<b>13,4</b>	<b>46,9</b>	<b>345,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
КЕФИР	150		4,4	4,7	5,8	82,9
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	4,7	5,8	82,9
			<b>4,4</b>	<b>4,7</b>	<b>5,8</b>	<b>82,9</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЛБ, СО СМЕТАНОЙ	150		1,5	4,0	10,1	85,5
КАРТОФЕЛЬ	64,29	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0	0	0,2	1,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,31	10,2	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150		14,5	12,1	22,7	257,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77,5	58,1	10,2	7,4	0	106,5
КАРТОФЕЛЬ	183,14	128,2	2,5	0,5	20,3	95,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,5	1	0,9	0,1	11,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,1	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		30	0,4	1,1	1,8	22,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,2	1,1	0,3	15,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>		10	0,1		0,3	1,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	10,7	10	0,1	0	0,3	1,4
			<b>19,1</b>	<b>17,5</b>	<b>61,9</b>	<b>487,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА</b>		110	15,2	12,7	17,4	250,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	83,6	82,7	12,8	7,2	2,4	125,9
КРУПА МАННАЯ	8,8	8,8	0,9	0,1	6	28,1
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0	0	6,4	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,5	0,7	0,6	0	8,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,3	3,3	0,4	0	1,9	9,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	14,3	14,3	0,4	2	0,5	28,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)</b>		60	1,1	3,2	6,5	59,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
<b>ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА</b>		180	0,1		4,5	18,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b>		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>ГРУША</b>		120	0,5	0,4	12,4	56,4
ГРУША	133,3	120	0,5	0,4	12,4	56,4
			<b>19,2</b>	<b>17,2</b>	<b>56,2</b>	<b>462,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,1</b>	<b>52,8</b>	<b>170,8</b>	<b>1 378,8</b>

Утверждаю

Заведующий

Муранова Е.В.

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,6	5,5	17,7	138,6
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	21	20,69	2,4	1,3	11,9	68,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	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
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
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
			<b>12,7</b>	<b>17,2</b>	<b>44,7</b>	<b>384,3</b>
<b>Завтрак 2</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,2	3,6	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
			<b>4,2</b>	<b>3,6</b>	<b>7,0</b>	<b>78,6</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МБУЛЬОНЕ	150		1,4	2,0	10,9	67,2
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	7,75	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ СВИНИНЫ	50/50		11,0	28,7	2,2	312,0
СВИНИНА БК	85,1	76,5	10,6	24,7	0	264,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,4	2,4	0,1	0,4	0,1	4,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	70		2,6	2,3	16,3	96,2

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	23,8	23,8	2,5	0,3	16,3	78,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,8	142,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)		30	0,3		1,7	8,4
МОРКОВЬ	30	24	0,3	0	1,7	8,4
			<b>17,9</b>	<b>33,3</b>	<b>58,1</b>	<b>604,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ		110	10,2	8,0	26,1	218,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	44	43,5	6,8	3,8	1,3	66,3
КРУПА РИСОВАЯ	22	21,8	1,5	0,2	15,6	70,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,6	1,1	11,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	7,2	0,9	0,8	0,1	11,0
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0	0	6,4	25,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,7	2,7	0,4	0	1,6	7,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,8	2,8	0,1	0,4	0,1	5,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА		50			8,3	33,4
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,8
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	2	2	0	0	1,6	6,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44	0	0	0	0,0
ЧАЙ		180	0,1		0,1	0,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			<b>14,1</b>	<b>10,9</b>	<b>64,8</b>	<b>414,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,9</b>	<b>65,0</b>	<b>174,6</b>	<b>1 482,1</b>



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		4,2	5,4	15,2	125,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,7	0,9	9	51,2
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
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
			<b>17,2</b>	<b>20,5</b>	<b>44,4</b>	<b>429,3</b>
<b>Завтрак 2</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,4</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150		1,4	3,7	9,3	78,3
СВЕКЛА	31,6	25,28	0,4	0	2,1	10,3
КАРТОФЕЛЬ	49,44	34,61	0,7	0,1	5,4	25,8
МОРКОВЬ	8,43	6,74	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,05	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70		8,9	4,2	10,5	114,9
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	51,81	45,9	7,1	0,4	0	32,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,9	4,1	17,4	118,4
КАРТОФЕЛЬ	142,86	100	1,9	0,4	15,8	74,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,6	33,6	1	0,8	1,6	17,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		10	0,1		0,3	1,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	10,8	10	0,1	0	0,3	1,4
			<b>15,9</b>	<b>12,3</b>	<b>64,5</b>	<b>433,9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ( СВИНИНА)		150	11,9	26,5	11,1	331,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,9	91,1	1,6	0,1	4,2	24,7
СВИНИНА БК	76,44	68,8	9,5	22,2	0	238,2
КРУПА РИСОВАЯ	8,3	8,3	0,6	0,1	5,9	26,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,36	12,9	0,2	0	1,1	5,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		30	0,4	1,1	1,8	22,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,2	1,1	0,3	15,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		180	0,1		4,5	18,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			<b>16,2</b>	<b>30,5</b>	<b>47,7</b>	<b>534,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,9</b>	<b>63,4</b>	<b>169,0</b>	<b>1 451,1</b>

Утверждаю

Заведующий

Муранова Е.В.



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,5	4,9	19,2	139,0
ПШЕНО	19,5	19,31	2,1	0,5	13,2	66,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	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
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			<b>10,3</b>	<b>13,7</b>	<b>46,2</b>	<b>349,4</b>
<b>Завтрак 2</b>						
КЕФИР	150		4,4	4,7	5,8	82,9
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	4,7	5,8	82,9
			<b>4,4</b>	<b>4,7</b>	<b>5,8</b>	<b>82,9</b>
<b>Обед</b>						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МБУЛЬОНЕ	150		1,4	3,1	9,1	69,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150		12,6	15,0	18,6	260,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77,5	58,1	10,2	7,4	0	106,5
КАРТОФЕЛЬ	147,86	103,5	2	0,4	16,4	77,3
МОРКОВЬ	19,5	15,6	0,2	0	1,1	5,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,1	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	10		0,1		0,3	1,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	10,7	10	0,1	0	0,3	1,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				10,5	41,8

СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			<b>16,7</b>	<b>18,4</b>	<b>55,0</b>	<b>452,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>		110	17,3	11,5	17,0	240,8
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	100,1	99,1	15,4	8,6	2,9	150,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,2	13,2	0,4	0,3	0,6	6,9
КРУПА МАННАЯ	8,8	8,8	0,9	0,1	6	28,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	5,5	0,7	0,6	0	8,3
САХАР ПЕСОК	7,7	7,7	0	0	7,5	29,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)</b>		60	1,1	3,2	6,5	59,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
<b>ЧАЙ</b>		180	0,1		0,1	0,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
<b>ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ</b>		80	5,9	4,5	50,7	266,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44,8	44,8	4,7	0,6	30,4	145,1
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,6	17,6	0,5	0,4	0,8	9,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
ПОВИДЛО	24,8	24,8	0,1	0	15,9	63,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
			<b>24,4</b>	<b>19,2</b>	<b>74,3</b>	<b>567,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>55,8</b>	<b>56,0</b>	<b>181,3</b>	<b>1 452,3</b>





## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,0	4,6	15,8	120,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	15	14,85	1,6	0,2	9,8	47,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	81	81	2,2	1,9	3,8	42,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	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
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			<b>9,8</b>	<b>13,4</b>	<b>42,8</b>	<b>330,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,4</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150		4,4	1,7	9,7	71,5
КАРТОФЕЛЬ	79	55,3	1,1	0,2	8,7	41,3
МОРКОВЬ	7,75	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	18	18	3,1	0	0	12,5
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/60		16,5	10,5	3,4	197,1
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	97,4	90,5	15,7	3,2	0	111,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	6,1	6,1	0	5,9	0	53,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,2	1,3	0,3	17,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,8	41,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		70	3,9	3,0	17,7	113,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	32,3	32	3,9	1,1	17,8	95,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,5	48,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			10,5	41,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		10	0,1		0,4	2,4
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	10,6	10,1	0,1	0	0,4	2,4
			<b>27,5</b>	<b>15,5</b>	<b>58,2</b>	<b>505,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		60	9,9	14,0	9,7	204,3
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	61,6	44,4	7,9	8	0	102,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ	10,8	10,8	0,8	0,3	5,4	27,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,5	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	3,1	4,6	10,2	95,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	186,9	149,5	2,6	0,1	6,8	40,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МОРКОВЬ	3,38	2,7	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,5	0,1	0	0,5	2,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА		180	0,1		4,5	18,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			<b>16,9</b>	<b>21,5</b>	<b>54,7</b>	<b>480,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>54,8</b>	<b>50,5</b>	<b>168,1</b>	<b>1 370,5</b>



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150		4,1	4,9	16,1	125,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15	14,85	1,5	0,2	9,4	45,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	94,5	94,5	2,6	2,3	4,4	49,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
			<b>12,9</b>	<b>17,0</b>	<b>44,9</b>	<b>384,0</b>
<b>Завтрак 2</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,2	3,6	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
			<b>4,2</b>	<b>3,6</b>	<b>7,0</b>	<b>78,6</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА КБ	150		2,2	3,9	6,3	72,4
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	6	4,32	0,8	0,8	0	10,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
КАРТОФЕЛЬ	30	21	0,4	0,1	3,3	15,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ (СВИНИНА)	90/90		12,9	28,8	16,5	379,6
СВИНИНА БК	85	72,3	10	23,4	0	250,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,8	4,8	0,1	0,1	0,2	2,5

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,8	0,6	0,6	0	7,3
КРУПА РИСОВАЯ	14,3	14,2	1	0,1	10,2	45,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,6	30,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,7	136,7	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23	19,2	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,8	3,8	0	3,7	0	33,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,7	5,7	0,6	0,1	3,9	18,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,1	0,9	0,2	11,3
<b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>		<b>70</b>	<b>1,2</b>	<b>2,5</b>	<b>7,3</b>	<b>56,2</b>
СВЕКЛА	98,63	78,9	1,2	0,1	6,7	32,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>			<b>10,5</b>	<b>41,8</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,6</b>	<b>0,3</b>	<b>16,5</b>	<b>79,1</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			<b>18,9</b>	<b>35,5</b>	<b>57,1</b>	<b>629,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>БИТОЧЕК РЫБНЫЙ</b>		<b>70</b>	<b>8,9</b>	<b>4,2</b>	<b>10,5</b>	<b>114,9</b>
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	51,8	45,9	7,1	0,4	0	32,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>120</b>	<b>2,9</b>	<b>4,1</b>	<b>17,4</b>	<b>118,4</b>
КАРТОФЕЛЬ	142,86	100	1,9	0,4	15,8	74,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,6	33,6	1	0,8	1,6	17,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
<b>ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>4,5</b>	<b>18,1</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,9</b>	<b>15,4</b>	<b>78,6</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>120</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,8</b>	<b>56,4</b>
ЯБЛОКИ	136,3	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			<b>14,7</b>	<b>9,7</b>	<b>59,6</b>	<b>386,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,7</b>	<b>65,8</b>	<b>168,6</b>	<b>1 478,1</b>