

Утверждаю

Заведующий

Муранова Е.В.

Муранова Е.В. 02.06.21

№97

г. Ярославль

МЕНЮ

Ясли 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	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	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
			11,3	11,3	37,9	299,8
Завтрак 2						
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	150				11,1	44,3
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ С/М	15	15	0	0	2,3	9,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,5	136,5	0	0	0	0,0
					11,1	44,3
Обед						
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	50,25	30,15	0,6	0,1	4,8	22,5
МОРКОВЬ	8,32	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)	60		9,1	21,2	9,0	263,2
СВИНИНА Б/К	63,5	54	7,5	17,5	0	187,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	10,8	10,8	0,8	0,3	5,4	27,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90		3,3	3,0	21,0	123,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,6	30,6	3,3	0,4	21	100,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
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
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ	20		0,6		1,2	7,2
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	26,6	18,6	0,6	0	1,2	7,2
			16,9	28,2	64,9	582,6
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	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
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
ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	136,3	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			20,2	12,9	52,6	409,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,4	52,4	166,5	1 336,6



МЕНЮ

Ясли 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	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 С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180		4,4	3,7	10,4	93,2
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	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,4	59,4	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			10,2	14,7	36,0	316,5
Завтрак 2						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			0,6	0,1	12,4	53,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150		3,5	3,2	11,8	90,3
КАРТОФЕЛЬ	55,5	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	8,32	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
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
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
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
СВЕКЛА ,ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		30	0,6	1,6	2,9	31,6
СВЕКЛА	35,47	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
			17,5	11,8	72,0	467,2
Уплотненный полдник						
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
			15,6	15,8	59,4	451,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,9	42,4	179,8	1 288,5



МЕНЮ

Ясли 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 С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180		4,1	3,3	11,5	92,4
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	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			9,6	13,5	38,3	312,3
Завтрак 2						
КЕФИР	150		4,4	4,7	5,8	82,9
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	4,7	5,8	82,9
			4,4	4,7	5,8	82,9
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150		1,2	3,9	6,5	68,5
СВЕКЛА	33,15	24,86	0,4	0	2,1	10,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	23,08	13,85	0,3	0,1	2,2	10,4
МОРКОВЬ	8,99	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
БИТОЧЕК(ИЗ СВИНИНЫ)	60		9,1	21,2	9,0	263,2
СВИНИНА БК	63,5	54	7,5	17,5	0	187,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	10,8	10,8	0,8	0,3	5,4	27,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,7	3,8	16,0	108,6
КАРТОФЕЛЬ	152,83	91,7	1,7	0,4	14,5	68,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,8	30,8	0,9	0,8	1,5	16,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	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
			15,7	29,2	58,8	562,6
Уплотненный полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,1	14,8	2,3	190,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,71 шт.	90	11,1	10,1	0,6	137,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36	36	1	0,9	1,6	18,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
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
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(ПЛЮШКА)		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
			21,8	22,8	53,6	506,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,5	70,2	156,5	1 463,8



МЕНЮ

Ясли 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	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	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			9,0	13,1	37,7	304,7
Завтрак 2						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			0,6	0,1	12,4	53,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ	150		1,8	1,8	12,9	74,6
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50	1	0,2	8	37,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	8,27	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	3,33	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
Уплотненный полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		70	8,9	4,2	10,5	114,9
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	51,8	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	166,67	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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,6	44,2	167,3	1 239,0



МЕНЮ

Ясли 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	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	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			8,6	13,1	41,8	319,7
Завтрак 2						
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ СМ	150				11,1	44,3
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ СМ	15	15	0	0	2,3	9,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,5	136,5	0	0	0	0,0
					11,1	44,3
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МБ, СО СМЕТАНОЙ	150		1,5	4,0	10,1	85,5
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	8	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
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	172,5	103,5	2	0,4	16,4	77,3
МОРКОВЬ	20,8	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
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	10,7	10	0,1	0	0,3	1,4
			16,8	19,3	56,0	468,3
Уплотненный полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90		3,3	3,0	21,0	123,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,6	30,6	3,3	0,4	21	100,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
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
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			7,2	7,9	40,4	260,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,6	40,3	149,3	1 092,7



МЕНЮ

Ясли 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	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	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР	10,2	10	2,2	2,9	0	35,3
			11,8	11,9	39,5	313,1
Завтрак 2						
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	150				11,1	44,3
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ С/М	15	15	0	0	2,3	9,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,5	136,5	0	0	0	0,0
					11,1	44,3
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МБУЛЬОНЕ	150		1,4	2,0	10,9	67,2
КАРТОФЕЛЬ	105	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	8,27	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 Б/К	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
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
			19,0	34,0	58,2	616,2
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	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
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
			21,3	15,2	60,9	465,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,1	61,1	169,7	1 439,0



МЕНЮ

Ясли 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	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 СНИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180		4,1	3,3	11,5	92,4
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	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			9,9	14,3	37,1	315,7
Завтрак 2						
КЕФИР	150		4,4	4,7	5,8	82,9
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	4,7	5,8	82,9
			4,4	4,7	5,8	82,9
Обед						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150		1,4	3,7	9,3	78,3
СВЕКЛА	33,71	25,28	0,4	0	2,1	10,3
КАРТОФЕЛЬ	57,68	34,61	0,7	0,1	5,4	25,8
МОРКОВЬ	8,99	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	110		2,7	3,8	16,0	108,6
КАРТОФЕЛЬ	152,83	91,7	1,7	0,4	14,5	68,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,8	30,8	0,9	0,8	1,5	16,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	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
			15,7	12,0	63,1	424,1
Уплотненный полдник						
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 Б\К	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
			16,2	30,5	47,7	534,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,2	61,5	153,7	1 356,8

**МЕНЮ****Ясли 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 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 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	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			5,8	10,5	31,0	240,8
Завтрак 2						
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
			4,2	3,6	7,0	78,6
Обед						
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	8	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	172,5	103,5	2	0,4	16,4	77,3
МОРКОВЬ	20,8	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
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			16,7	18,4	55,0	452,7
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100		15,8	10,5	15,5	219,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	91	90,1	14	7,9	2,6	137,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50		0,9	2,6	5,4	49,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
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
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	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
			22,7	17,6	71,7	535,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,4	50,1	164,7	1 307,7



МЕНЮ

Ясли 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	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	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			9,0	13,1	37,7	304,7
Завтрак 2						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,4	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0,6	0,1	12,6	53,8
			0,6	0,1	12,4	53,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150		4,4	1,7	9,7	71,5
КАРТОФЕЛЬ	92,17	55,3	1,1	0,2	8,7	41,3
МОРКОВЬ	8,27	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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90		3,3	3,0	21,0	123,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,6	30,6	3,3	0,4	21	100,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
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
			26,9	15,5	61,5	515,5
Уплотненный полдник						
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	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	3,33	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
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
			16,6	21,1	53,9	472,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,1	49,8	165,5	1 346,9

**МЕНЮ****Ясли 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 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 С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180		4,1	3,3	11,5	92,4
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	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			9,6	13,5	38,3	312,3
Завтрак 2						
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	150				11,1	44,3
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ С/М	15	15	0	0	2,3	9,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,5	136,5	0	0	0	0,0
					11,1	44,3
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КБ С КУРОЙ	150		2,0	1,9	6,0	49,1
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	6	4,32	0,8	0,8	0	10,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КАРТОФЕЛЬ	35	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	10,67	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)	80/80		12,1	27,2	15,6	358,6
СВИНИНА Б/К	80,3	68,3	9,5	22	0	236,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0,1	0,1	0,2	2,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,5	0,6	0,5	0	6,9
КРУПА РИСОВАЯ	13,5	13,4	0,9	0,1	9,6	43,3

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,9	28,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,1	129,1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,7	18,1	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,4	5,4	0,6	0,1	3,7	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,4	5,4	0,1	0,8	0,2	10,8
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	70		1,2	2,5	7,3	56,2
СВЕКЛА	105,2	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
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
			17,9	31,9	55,9	584,8
Уплотненный полдник						
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 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
ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	136,3	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			7,4	6,3	50,9	292,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,9	51,7	156,2	1 233,5