

**МЕНЮ**

Сад 10.5 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ		200	4,8	7,3	23,2	177,7
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,6	3,8	17,1	118,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,2</b>	<b>16,7</b>	<b>66,0</b>	<b>464,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		200	3,4	5,4	17,8	135,6
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,8	2,7	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ		60	10,3	7,4	16,6	174,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	50	42,5	7,7	6,6	0	89,9
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	2,8	4,1	8,2	83,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>9,7</b>	<b>38,7</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,6</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>19,1</b>	<b>17,3</b>	<b>69,3</b>	<b>513,5</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ</b>		<b>100</b>	<b>3,2</b>	<b>4,4</b>	<b>20,6</b>	<b>134,7</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ</b>		<b>40</b>	<b>4,9</b>	<b>4,5</b>	<b>0,3</b>	<b>61,3</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>35</b>	<b>2,6</b>	<b>1,0</b>	<b>18,0</b>	<b>91,7</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>180</b>	<b>0,2</b>		<b>10,1</b>	<b>41,1</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
			<b>10,9</b>	<b>9,9</b>	<b>49,0</b>	<b>328,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42,6</b>	<b>44,3</b>	<b>194,1</b>	<b>1 353,9</b>



**МЕНЮ****Сад 10.5 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	7,7	16,5	4,9	199,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	3,9	4,1	16,7	119,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>14,2</b>	<b>25,7</b>	<b>39,6</b>	<b>447,9</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ		45	0,7	2,9	3,9	44,5
СВЕКЛА	60	45	0,7	0	3,9	18,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		200/35/5	7,6	5,7	10,9	127,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	29,75	5,3	4,7	0	63,0
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,7	0,1	5,7	26,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60	1,1	0,1	2,7	16,3
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	3,6	5,0	16,5	125,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		45/45	9,1	10,2	4,2	145,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	55	46,75	8,4	7,3	0	98,8
МОРКОВЬ	13	9,75	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>9,7</b>	<b>38,7</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,6</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>23,6</b>	<b>24,2</b>	<b>62,2</b>	<b>562,5</b>
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150,04	3	2,3	4,5	72,0
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>40</b>	<b>3,0</b>	<b>3,9</b>	<b>29,8</b>	<b>166,8</b>
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			<b>6,0</b>	<b>6,2</b>	<b>34,3</b>	<b>238,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,8</b>	<b>56,1</b>	<b>136,1</b>	<b>1 249,2</b>





# МЕНЮ

## Сад 10.5 часов

### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	120/20		18,8	19,2	23,7	353,9
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	85	85	14,8	7,5	2,5	139,4
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	35	35	1	1,1	1,6	20,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,6	3,8	15,2	110,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
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>23,9</b>	<b>25,0</b>	<b>53,8</b>	<b>548,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4	0,1	1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,6	0,1	1,9	12,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С МЯСОМ ПТИЦЫ, С ГРЕНКАМИ	200		14,3	6,4	30,7	238,1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	72,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0,2	7,6	35,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	25	24,88	5,5	0,4	11,6	72,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,3	6,0	17,4	137,1
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
ФИЛЕ РЫБЫ ЗАПЕЧЕННОЕ ИЛИ ОТВАРНОЕ		72	13,1	6,6	8,3	143,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА ХЕК ФИЛЕ	85	72,25	11,6	1,6	0	60,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			<b>32,5</b>	<b>19,4</b>	<b>74,8</b>	<b>602,4</b>

### Полдник

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	5,5	7,1	26,5	192,6
ПШЕНО	25	24,75	2,7	0,7	16,9	84,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		10,1	41,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>8,3</b>	<b>8,1</b>	<b>54,6</b>	<b>325,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,2</b>	<b>53,0</b>	<b>204,2</b>	<b>1 571,8</b>



**МЕНЮ****Сад 10.5 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,4	7,4	25,1	189,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24	23,76	2,6	0,3	15,6	75,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		3,6	3,7	16,2	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60		4,5	1,7	30,8	157,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4,5	1,7	30,8	157,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20		4,6	5,9		72,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	22	20	4,6	5,9	0	72,8
			<b>18,1</b>	<b>18,7</b>	<b>72,1</b>	<b>533,2</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,6	0,1	1,9	12,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4	0,1	1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200		10,9	7,1	15,9	171,0
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	50	45	8,9	2,8	0	61,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	55		9,5	10,9	10,5	177,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	50	42,5	7,7	6,6	0	89,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,5	38,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,8	16,8	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	150		3,3	5,1	11,6	105,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1

КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2
МОРКОВЬ	4	3,1	0	0	0,2	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>28,1</b>	<b>23,9</b>	<b>73,4</b>	<b>619,2</b>

### Полдник

СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		100	6,6	7,5	43,7	268,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48	48	5	0,6	32,6	155,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	5,1	3,8	8,3	91,5
			<b>11,7</b>	<b>11,3</b>	<b>52,0</b>	<b>359,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,9</b>	<b>53,9</b>	<b>197,5</b>	<b>1 512,0</b>





## МЕНЮ

Сад 10.5 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"		200	4,6	7,5	23,4	179,7
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,6	3,8	15,2	110,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,5	1,7	30,8	157,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4,5	1,7	30,8	157,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,7</b>	<b>17,1</b>	<b>69,4</b>	<b>485,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111,11	100	0,4	0,3	10,3	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>10,3</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4	0,1	1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,6	0,1	1,9	12,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		200	7,7	5,7	11,6	130,3
СВЕКЛА	25	18,75	0,3	0	1,6	7,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	29,75	5,3	4,7	0	63,0

КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ		150		8,3	9,6	16,9	188,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	34		6,1	5,2	0	71,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1		0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	155	93		1,8	0,4	14,7	69,5
МОРКОВЬ	16	12		0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24		0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3		0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15		0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5		0	4	0	36,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150		0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40		2,6	0,4	17	81,6
				<b>20,4</b>	<b>16,1</b>	<b>63,9</b>	<b>483,9</b>
<b>Полдник</b>							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		95		18,6	21,2	21,1	361,3
САХАР ПЕСОК	8	8		0	0	7,8	30,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5		0	4	0	36,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20		0,5	2,9	0,7	40,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	80	80		14	7	2,3	131,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15		1,6	0,2	10,2	48,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13		2,5	2,2	0,1	30,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5		0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С САХАРОМ		180		0,2		10,0	40,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180		0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10		0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8		0,2	0	0,3	1,9
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>20,3</b>	<b>23,2</b>	<b>46,0</b>	<b>485,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>				<b>53,8</b>	<b>56,7</b>	<b>189,6</b>	<b>1 501,2</b>



**МЕНЮ****Сад 10.5 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	100/20		7,7	10,1	20,6	205,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	22	20	4,5	5,7	0	70,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		3,6	3,7	16,2	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>13,9</b>	<b>14,8</b>	<b>54,8</b>	<b>410,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	45		0,7	2,0	3,9	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	60	45	0,7	0	3,9	18,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200		10,9	7,1	15,9	171,3
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	50	45	8,9	2,8	0	61,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100		3,6	5,0	16,5	125,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ		55	10,2	13,6	12,0	211,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	55	46,75	8,4	7,3	0	98,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,5	38,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>28,0</b>	<b>28,1</b>	<b>75,0</b>	<b>664,2</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	5,4	7,7	25,7	195,0
ПШЕНО	24	23,76	2,6	0,6	16,2	81,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		10,1	41,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			<b>8,6</b>	<b>8,9</b>	<b>56,4</b>	<b>340,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,9</b>	<b>52,2</b>	<b>196,0</b>	<b>1 462,5</b>



## МЕНЮ

Сад 10.5 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		200	4,5	7,3	20,5	166,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,7	0,2	11	52,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,6	3,9	15,2	111,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>10,7</b>	<b>16,3</b>	<b>53,7</b>	<b>406,8</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,2	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,5	49,8	0,4	0	1,2	7,0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,6	0,1	1,9	12,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		200	8,2	8,6	10,0	153,7
КАРТОФЕЛЬ	55	33	0,7	0,1	5,2	24,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	72,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,3	6,0	17,4	137,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		80	16,0	9,0	10,9	187,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	80	72	14,4	4,6	0	97,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,5	38,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>31,1</b>	<b>24,1</b>	<b>68,1</b>	<b>617,1</b>
<b>Полдник</b>						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛО		100	6,9	5,0	56,3	296,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,2	0,7	34	162,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
ПОВИДЛО	25	25	0,1	0	16	64,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	154,96	150	3	2,3	4,5	72,0
			<b>9,9</b>	<b>7,3</b>	<b>60,8</b>	<b>368,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,7</b>	<b>47,7</b>	<b>182,6</b>	<b>1 392,0</b>



**МЕНЮ**

Сад 10.5 часов

**ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20		17,6	13,4	33,1	326,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	80	80	14	7	2,3	131,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		3,6	3,7	16,2	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
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>22,7</b>	<b>19,1</b>	<b>64,2</b>	<b>522,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	200		8,1	5,4	12,7	133,2
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	72,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,7	0,2	11	52,5
МОРКОВЬ	18	13,5	0,2	0	0,9	4,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ	150		9,0	10,1	10,6	170,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	37,5	6,8	5,8	0	80,0
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60	1,1	0,1	2,7	16,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0

СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>20,5</b>	<b>16,1</b>	<b>55,5</b>	<b>449,7</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	5,4	7,0	25,8	189,2
ПШЕНО	24	23,76	2,6	0,6	16,2	81,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		10,1	41,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,5	1,7	30,8	157,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4,5	1,7	30,8	157,2
			<b>10,1</b>	<b>8,7</b>	<b>66,7</b>	<b>387,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>54,8</b>	<b>44,4</b>	<b>207,4</b>	<b>1 456,1</b>



**МЕНЮ****Сад 10.5 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		5,7	8,6	23,9	195,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	24	24	2,9	1,5	14,4	82,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,6	3,8	15,2	110,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60		4,5	1,7	30,8	157,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4,5	1,7	30,8	157,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>13,8</b>	<b>18,2</b>	<b>69,9</b>	<b>501,2</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/35/5		8,8	6,2	12,4	143,6
СВЕКЛА	25	18,75	0,3	0	1,6	7,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	80	64	1,2	0,1	2,9	17,4
КАРТОФЕЛЬ	55	33	0,7	0,1	5,2	24,6
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	34	6,1	5,2	0	71,9
РИС ОТВАРНОЙ	100		1,6	4,2	17,8	116,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,3	83,3	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,7	1,6	0,2	17,8	79,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	46/46		9,2	9,5	4,4	158,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	50	46,5	8,1	1,6	0	57,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0



СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
			<b>22,1</b>	<b>20,2</b>	<b>60,4</b>	<b>534,7</b>
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	154,96	150	3	2,3	4,5	72,0
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			<b>6,0</b>	<b>6,2</b>	<b>34,3</b>	<b>238,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,9</b>	<b>44,6</b>	<b>164,6</b>	<b>1 274,7</b>



# МЕНЮ

## Сад 10.5 часов

### ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200		4,4	7,3	26,6	190,6
КРУПА РИСОВАЯ	24	23,76	1,6	0,2	17,1	76,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		3,6	3,7	16,2	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60		4,5	1,7	30,8	157,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4,5	1,7	30,8	157,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,5</b>	<b>16,8</b>	<b>73,6</b>	<b>498,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ	100		0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	133,2	100	0,4	0,3	10,3	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>10,3</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200		7,9	5,4	16,7	147,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	38	32,3	5,8	5	0	68,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ	65		12,4	14,3	6,1	202,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	55	46,75	8,4	7,3	0	98,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,1	4,1	9,4	89,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

МОРКОВЬ	18	13,5	0,2	0	0,9	4,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>26,8</b>	<b>24,4</b>	<b>64,4</b>	<b>585,8</b>
<b>Полдник</b>						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ		110	12,0	8,4	40,2	284,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	30	30	5,2	2,6	0,9	49,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,2	0,7	34	162,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,8		23,0	95,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	16	16	0,8	0	8	36,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7	7	0	0	5,3	21,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	185	185	0	0	0	0,0
			<b>12,8</b>	<b>8,4</b>	<b>63,2</b>	<b>380,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,5</b>	<b>49,9</b>	<b>211,5</b>	<b>1 511,6</b>





## МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ		180	4,6	7,3	21,8	171,3
КРУПА МАННАЯ	18	18	1,8	0,2	12,3	57,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,3	3,5	12,9	96,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,7	0,7	0,2	0,1	0,1	1,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>10,5</b>	<b>15,9</b>	<b>52,7</b>	<b>397,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		180	4,1	4,9	17,5	131,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	140	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		135	2,5	3,0	7,9	71,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160	128	2,2	0,1	5,8	34,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ		55	8,7	11,8	8,5	175,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85,7
КРУПА РИСОВАЯ	12	11,88	0,8	0,1	8,5	38,4

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		160			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>17,3</b>	<b>20,0</b>	<b>56,3</b>	<b>477,7</b>
<b>Полдник</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		100	3,2	4,4	20,6	134,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,5	2,2	0,1	30,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
ЧАЙ С САХАРОМ		160	0,1		8,0	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>8,4</b>	<b>7,6</b>	<b>46,7</b>	<b>289,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,6</b>	<b>43,9</b>	<b>165,5</b>	<b>1 211,1</b>





# МЕНЮ

## Ясли 10.5 часов

### ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	7,4	11,2	4,4	148,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,6	3,7	14,2	105,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>13,6</b>	<b>20,0</b>	<b>36,6</b>	<b>382,9</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		180/30/3	7,4	7,8	9,8	140,5
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,7	0,1	5,7	26,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60	1,1	0,1	2,7	16,3
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	29,75	5,3	4,7	0	63,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	3,6	3,4	16,5	110,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		45/45	8,6	10,2	3,4	140,7
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,1	7	0	95,2
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ		40	0,6	0,6	3,2	20,7



СВЕКЛА	50	37,5	0,6	0	3,2	15,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160				7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>22,2</b>	<b>22,3</b>	<b>53,4</b>	<b>504,5</b>

### Полдник

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
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>4,5</b>	<b>4,3</b>	<b>19,4</b>	<b>155,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>40,3</b>	<b>46,6</b>	<b>109,4</b>	<b>1 042,8</b>



## МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/15		15,6	15,6	16,4	277,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,2	6,1	2	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ	160		3,5	3,8	13,3	102,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
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>20,6</b>	<b>21,4</b>	<b>44,6</b>	<b>462,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30		0,2		0,7	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30	29,69	0,2	0	0,7	4,2
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30		0,3	0,1	1,1	7,1
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30	29,69	0,3	0,1	1,1	7,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С МЯСОМ ПТИЦЫ С ГРЕНКАМИ	180		12,3	8,6	26,4	232,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	40	30	5,4	4,7	0	64,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,7	0,1	5,7	26,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,5	0,3	9,3	57,7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>140</b>	<b>3,0</b>	<b>4,9</b>	<b>16,9</b>	<b>124,0</b>
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
<b>ФИЛЕ РЫБЫ ЗАПЕЧЕННОЕ ИЛИ ОТВАРНОЕ</b>		<b>70</b>	<b>11,9</b>	<b>4,4</b>	<b>5,0</b>	<b>106,9</b>
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
РЫБА ХЕК ФИЛЕ	80	68	11	1,5	0	56,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>64,5</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>30,5</b>	<b>18,5</b>	<b>78,0</b>	<b>600,3</b>

### Полдник

<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>		<b>180</b>	<b>4,7</b>	<b>6,8</b>	<b>20,6</b>	<b>163,5</b>
ПШЕНО	18	17,82	1,9	0,5	12,1	60,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>160</b>	<b>0,1</b>		<b>7,0</b>	<b>28,3</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>35</b>	<b>2,6</b>	<b>1,0</b>	<b>18,0</b>	<b>91,7</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>7,4</b>	<b>7,8</b>	<b>45,6</b>	<b>283,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,0</b>	<b>48,2</b>	<b>189,2</b>	<b>1 442,5</b>



**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,4	7,0	20,7	164,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	18	17,82	1,9	0,2	11,7	56,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,6	3,7	13,2	101,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		20	4,6	5,9		72,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,5	20	4,6	5,9	0	72,8
			<b>15,2</b>	<b>17,6</b>	<b>51,9</b>	<b>430,8</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,2	0	0,8	4,2
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,3	0,1	1,1	7,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ		180	9,9	5,7	14,8	151,4
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	45	40,5	8,1	2,5	0	55,0
КАРТОФЕЛЬ	140	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	9	0,1	0	0,7	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОТЛЕТА МЯСНАЯ		50	9,6	10,2	7,9	161,3
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,1	7	0	95,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,8	16,8	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ОВОЩНОЕ ПЮРЕ		135	2,9	4,8	10,5	96,7
КАРТОФЕЛЬ	65	39	0,8	0,2	6,2	29,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	65	52	0,9	0,1	2,3	14,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>25,7</b>	<b>21,3</b>	<b>63,0</b>	<b>546,5</b>
<b>Полдник</b>						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		70	6,2	7,3	36,7	235,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,8	1,2	14,6
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	154,96	150	3	2,3	4,5	72,0
			<b>9,2</b>	<b>9,6</b>	<b>41,2</b>	<b>307,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,1</b>	<b>48,5</b>	<b>156,1</b>	<b>1 285,1</b>



**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"		180	4,3	7,4	20,6	166,6
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6
ПШЕНО	8	7,92	0,9	0,2	5,4	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,6	3,8	12,3	99,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>10,5</b>	<b>16,3</b>	<b>50,9</b>	<b>394,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111,11	100	0,4	0,3	10,3	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>10,3</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,3	0,1	1,1	7,2
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,2	0	0,8	4,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		180/30/4	7,0	5,0	10,0	115,5
СВЕКЛА	20	15	0,2	0	1,3	6,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	65	52	0,9	0,1	2,3	14,2
КАРТОФЕЛЬ	45	27	0,5	0,1	4,3	20,2
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	30	27	4,9	4,2	0	57,1



КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ		150	7,4	8,3	16,4	169,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	29,75	5,3	4,7	0	63,0
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>17,7</b>	<b>13,9</b>	<b>56,2</b>	<b>422,2</b>

### Полдник

СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		80/15	14,5	15,2	17,4	273,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,2	6,1	2	114,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,1	38,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		160	0,1		7,0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ПЕЧЕНЬЕ		15	1,1	1,5	11,2	62,6
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,1	1,5	11,2	62,6
			<b>15,7</b>	<b>16,7</b>	<b>35,6</b>	<b>364,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,3</b>	<b>47,2</b>	<b>153,0</b>	<b>1 228,6</b>

**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	100/15		6,6	7,9	20,6	180,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,4	4,3	0	53,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160		3,6	3,7	13,2	101,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>12,8</b>	<b>12,6</b>	<b>51,8</b>	<b>373,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40		0,6	2,0	3,2	33,3
СВЕКЛА	50	37,5	0,6	0	3,2	15,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180		10,0	5,8	15,8	155,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	45	40,5	8,1	2,5	0	55,0
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100		3,6	4,2	16,5	117,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50		8,7	9,5	8,3	154,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0

ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		160			6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>24,9</b>	<b>21,8</b>	<b>63,3</b>	<b>548,9</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,7	6,8	21,6	167,4
ПШЕНО	18	17,82	1,9	0,5	12,1	60,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		160	0,1		7,0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>7,4</b>	<b>7,8</b>	<b>46,6</b>	<b>287,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,5</b>	<b>42,6</b>	<b>171,5</b>	<b>1 256,8</b>



**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	4,7	6,3	16,5	142,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,6	3,8	12,3	98,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,7	0,7	0,2	0,1	0,1	1,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>10,9</b>	<b>15,2</b>	<b>46,8</b>	<b>370,4</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,2	0	0,8	4,2
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,3	0,1	1,1	7,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		180	7,9	8,4	8,5	144,7
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	65	52	0,9	0,1	2,3	14,2
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	72,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		160			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,9	4,9	16,1	119,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0

КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
<b>КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ</b>		<b>75</b>	<b>15,2</b>	<b>9,2</b>	<b>7,6</b>	<b>172,7</b>
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	75	67,5	13,4	4,3	0	91,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>28,5</b>	<b>22,9</b>	<b>58,4</b>	<b>556,0</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛО</b>		<b>80/15</b>	<b>8,2</b>	<b>4,9</b>	<b>55,8</b>	<b>301,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	58,2	58,2	6,1	0,8	39,5	188,6
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	38,8	38,8	1,1	1,2	1,7	22,6
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,6	38,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,1
<b>ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ</b>		<b>150</b>	<b>3,0</b>	<b>2,3</b>	<b>4,5</b>	<b>72,0</b>
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			<b>11,2</b>	<b>7,2</b>	<b>60,3</b>	<b>373,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,6</b>	<b>45,3</b>	<b>165,5</b>	<b>1 299,7</b>



**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО ГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	85/15		15,5	11,4	25,2	267,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,1	47,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,2	6,1	2	114,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160		3,6	3,7	13,2	101,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ	15		1,1	1,5	11,2	62,6
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,1	1,5	11,2	62,6
			<b>20,2</b>	<b>16,6</b>	<b>49,6</b>	<b>431,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	180		7,1	4,9	11,1	117,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	40	30	5,4	4,7	0	64,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	14	14	1,5	0,2	9,6	45,9
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ	135		8,2	7,9	10,7	148,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	72,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60	1,1	0,1	2,7	16,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0



СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>18,1</b>	<b>13,3</b>	<b>49,7</b>	<b>391,0</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		4,7	6,8	21,6	167,4
ПШЕНО	18	17,82	1,9	0,5	12,1	60,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ	160		0,1		7,0	28,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			<b>7,4</b>	<b>7,8</b>	<b>46,6</b>	<b>287,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,2</b>	<b>38,2</b>	<b>166,9</b>	<b>1 205,6</b>

**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		180	5,0	7,5	20,8	171,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	19	19	2,2	1,2	11,3	64,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,6	3,0	12,5	91,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КАКАО-ПОРОШОК	0,7	0,7	0,2	0,1	0,1	1,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>11,2</b>	<b>15,6</b>	<b>51,3</b>	<b>392,5</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		180/30	7,4	8,4	10,1	148,3
СВЕКЛА	20	15	0,2	0	1,3	6,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	65	52	0,9	0,1	2,3	14,2
КАРТОФЕЛЬ	45	27	0,5	0,1	4,3	20,2
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	29,75	5,3	4,7	0	63,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
РИС ОТВАРНОЙ		100	2,0	3,5	21,3	124,9
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		40/40	7,7	6,9	2,3	116,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	43,01	40	7	1,5	0	49,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		160			6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>19,1</b>	<b>19,1</b>	<b>53,2</b>	<b>478,2</b>
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	154,96	150	3	2,3	4,5	72,0
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>4,5</b>	<b>4,3</b>	<b>19,4</b>	<b>155,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>34,8</b>	<b>39,0</b>	<b>123,9</b>	<b>1 026,1</b>



**МЕНЮ****Ясли 10.5 часов****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,0	7,3	22,3	171,4
КРУПА РИСОВАЯ	18	17,82	1,2	0,2	12,8	57,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,6	3,7	13,2	101,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>10,2</b>	<b>16,1</b>	<b>53,5</b>	<b>401,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111	100	0,4	0,3	10,3	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>10,3</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ		180	8,0	5,6	15,8	146,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	34	6,1	5,2	0	71,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ		60	11,3	12,3	6,1	180,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		140	2,6	3,3	7,6	72,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	165	132	2,3	0,1	6	35,9

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>24,7</b>	<b>21,7</b>	<b>57,4</b>	<b>525,4</b>
<b>Полдник</b>						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ		100	11,5	9,1	37,9	278,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	25	25	4,4	2,2	0,8	41,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,8	1,2	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,8	0,7	0,7	0	8,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/9 шт.	4,47	0,6	0,5	0	6,8
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		160	0,7		19,3	80,6
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	14	14	0,7	0	6,9	31,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
			<b>12,2</b>	<b>9,1</b>	<b>57,2</b>	<b>359,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,5</b>	<b>47,2</b>	<b>178,4</b>	<b>1 333,6</b>







