

Утверждаю

Заведующий

Матвеева Т.А.



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,5	6,2	26,2	183,4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,4	0,4	19,8	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		6,6	27,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОН	6	5,4	0	0	0,2	1,7
САХАР ПЕСОК	4,7	4,7	0	0	4,6	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,1	138,1	0	0	0	0,0
			8,8	10,3	39,8	273,3
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/10	4,1	4,5	7,8	88,4
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0	0,3	0	2,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	18,96	16	2,9	2,5	0	33,9
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		70	11,9	6,5	2,9	117,8
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	72,95	64,2	10	0,4	0	43,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	17,5	17,5	0,5	0,4	0,8	9,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,26	1,2	1,1	0,1	14,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,5	4,4	16,8	117,0
КАРТОФЕЛЬ	119,6	89,7	1,7	0,4	14,2	67,0
МОРКОВЬ	33,88	27,1	0,4	0	1,8	9,2
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	15,6	15,6	0,5	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,1	0,1	19,7	80,7
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,1	0,1	1,7	8,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,2	8,6	41,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			20,3	15,8	57,3	454,9
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		130	13,9	16,1	21,6	289,9
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	73,19	66,6	11,7	11,9	0	153,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
МОРКОВЬ	13,25	10,6	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,8	5,7	0,1	0	0,5	2,2
КРУПА РИСОВАЯ	28,8	28,4	1,9	0,3	20,4	91,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	41,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	14,4	60,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	0,6	0,2	5,7	30,3
АПЕЛЬСИН	104,5	70	0,6	0,1	5,7	30,1
			16,1	16,6	50,2	418,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,0	42,9	162,5	1 211,3



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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,4	6,9	10,0	69,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,8	6,2	23,1	163,6
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,6	0,2	16,5	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	79	79	2,2	1,9	3,7	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,1	1,8	8,0	57,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
			9,3	14,9	41,1	290,1
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,3	0	1	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		4,2	4,2	12,2	103,6
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	15,38	14	2,4	2,5	0	32,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160		15,5	17,0	17,6	216,0

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	121	100	17,4	3,6	0	123,2
КРУПА РИСОВАЯ	20,3	20,3	1,4	0,2	14,6	65,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	48	40,5	0,6	0,1	3,2	16,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	11,9	60,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,2	8,6	41,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			21,8	21,6	51,3	427,3
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,5	8,5	35,6	236,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0	0	6,4	25,5
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,9	8,9	0	7,1	0,1	64,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		150			19,0	75,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18,3	18,3	0	0	14,2	56,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
ФРУКТ СВЕЖИЙ		70	0,3	0,3	7,0	31,3
ЯБЛОКИ	79,8	70	0,3	0,3	6,9	32,9
			8,3	11,9	67,2	414,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,2	48,6	174,8	1 196,2



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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,6	1,8	24,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,9	0,1	1,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0	0	0	0,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,4	16,7	2,2	208,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,58	11,4	10,3	0,6	141,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	34,3	34,3	1	0,9	1,6	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0	5,5	0	49,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	9,4	63,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
			17,0	22,2	29,2	364,6
II Завтрак						
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			3,5	3,1	5,6	70,6
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,4	6,3	6,6	103,0
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,4	0,1	2,8	13,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ						
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	18,96	16	2,9	2,5	0	33,9
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
УКРОП	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ЧЕСНОК	2,97	2,2	0,1	0	0,1	0,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	3	2,55	0,2	0	0,8	3,7
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)		50/50	11,4	12,0	3,5	167,9
МОРКОВЬ	71,09	60	10,9	9,3	0	126,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,88	16,7	0,2	0	1,2	5,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,88	8,3	0,1	0	0,7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	33,3	33,3	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА		110	5,8	4,8	26,8	174,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,1	50,1	6,1	1,6	27,7	149,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	75,8	75,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ		150/10	0,1		7,4	29,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ДЖЕМ	130	130	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	7,1	27,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		20	1,3	0,2	8,6	41,4
	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			23,4	23,4	54,4	525,0

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	7,6	8,7	16,1	149,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ						
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	113,3	90,7	1,6	0,1	4,2	24,6
КРУПА РИСОВАЯ	67,1	56,7	10,2	8,8	0	119,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,7	7,6	0,5	0,1	5,4	24,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,8	12,5	0,2	0	1	4,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0.13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	15,1	15,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0,1	0	0,2	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
АПИТОК ЛИМОННЫЙ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ТИМОН		150	0,1			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,1	0	14,1	54,0
САХАР ПЕСОК	161	161	0	0	0,4	4,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ОБУСЫ СВЕЖИЕ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
ТУША		70	0,3	0,2	7,3	33,3
	77,8	70	0,3	0,2	7,2	32,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			9,0	9,0	43,9	267,3
			52,9	57,7	133,1	1 227,5



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,0	7,3	20,4	167,8
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,7	1,4	13,8	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	79	79	2,2	1,9	3,7	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,1	2,5	9,3	73,0
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	91,7	91,7	2,6	2,2	4,3	48,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
			11,3	13,9	36,7	302,8
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,3	0	1	5,6
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,1	5,3	7,9	94,5
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	11,85	10	1,8	1,6	0	21,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		70	11,9	6,5	2,9	117,8
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	72,9	64,2	10	0,4	0	43,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	17,5	17,5	0,5	0,4	0,8	9,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,26	1,2	1,1	0,1	14,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		130	2,2	1,7	8,4	57,8
МОРКОВЬ	24,63	19,7	0,3	0	1,4	6,7
РЕПА	26,8	19,7	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	16	10,4	0,3	0	0,7	4,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	26	20,8	0,4	0	1	5,6
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	4,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,4	0	2,3	11,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,1	32,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,9	10,9	0,3	1,6	0,4	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	14,4	60,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	41,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			19,1	13,8	43,1	377,2
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,3	15,3	21,2	321,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	121,3	121,3	21,1	10,6	3,5	198,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	8,7	8,7	0,9	0,1	5,9	27,7
САХАР ПЕСОК	8,7	8,7	0	0	8,4	33,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,7	0	3,1	15,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		40	0,8	2,0	5,3	41,8
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,6	7,0	78,6
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	0,6	0,1	5,3	26,8
МАНДАРИН	91	70	0,6	0,1	5,3	26,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
			30,0	21,5	46,5	508,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,2	49,4	141,5	1 252,8



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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"		150	4,5	6,6	20,1	158,8
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,5	0,1	5,4	24,3
ПШЕНО	7,5	7,5	0,9	0,2	5,1	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	112,5	112,5	3,2	2,7	5,2	59,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,1	1,8	8,0	57,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
			10,0	15,3	38,1	285,3
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	0,3	0,2	7,3	33,3
ГРУША	77,8	70	0,3	0,2	7,2	32,9
			0,3	0,2	7,3	33,3
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	3,4	1,8	9,4	67,4
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	23,2	17,1	3,1	2,6	0	36,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	0,96	0,1	0,1	0	1,5

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	12,3	12,3	25,1	260,6
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	59,24	50	9	7,8	0	105,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
КАРТОФЕЛЬ	191,67	143,75	2,8	0,6	22,7	107,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0	1	0	9,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0	1	0	9,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,3	0	1,5	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	0,8	1,2	14,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150			4,8	19,4
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	41,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			17,7	15,2	50,5	413,2
Полдник						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		120	6,5	10,3	24,1	215,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35,2	35,2	3,8	0,5	24,1	115,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,2	12	2,7	3,4	0	42,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	11,9	60,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
			8,1	11,0	43,7	315,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,1	41,7	139,6	1 047,6

**МЕНЮ**

Если 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,5	6,6	27,0	130,1
ПШЕНО	30	30	3,4	0,8	20,5	102,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	9,4	63,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
			9,2	10,5	52,2	321,7
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,3	0	1	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	2,7	3,4	15,0	125,1
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,2	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,2	0,5	8	40,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	6,4	12,1	5,9	121,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	48	45	7	0,3	0	30,0

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/7 шт.	5,76	0,7	0,7	0	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ		130	3,0	4,3	16,0	115,4
КАРТОФЕЛЬ	82,4	61,8	1,2	0,2	9,8	46,2
МОРКОВЬ	44,75	35,8	0,5	0	2,4	12,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,4	26,7	0,5	0	1,3	7,3
ТЫКВА СВЕЖАЯ	25,1	17,6	0,1	0	1	4,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	27,1	17,6	0,5	0	1,1	6,8
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	9,8	9,8	0,3	0,2	0,5	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		150			19,0	75,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18,3	18,3	0	0	14,2	56,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,2	8,6	41,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			13,7	20,0	65,5	484,4
Полдник						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		60	4,6	8,5	29,8	196,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42,7	42,7	4,5	0,6	28,9	138,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	3,6
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0	0	4,3	17,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,5	0,2	0,2	0	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,7	18,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			7,0	28,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	0,3	0,3	6,9	32,9
ЯБЛОКИ	79,55	70	0,3	0,3	6,9	32,9
			8,4	11,9	49,3	328,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,1	42,6	182,2	1 199,0

**МЕНЮ**

Если 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1,2	2,1	2,4	32,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,2	0,1	2,5	15,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,3	13,9	1,9	173,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1.92 шт.	77,28	9,5	8,6	0,5	117,7
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	28,6	28,6	0,8	0,7	1,4	14,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,7	4,7	0	4,6	0	41,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,1	2,5	9,3	73,0
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	91,7	91,7	2,6	2,2	4,3	48,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
			17,8	22,6	20,6	341,1
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	0,6	0,1	5,3	26,8
МАНДАРИН	91	70	0,6	0,1	5,3	26,6
			0,6	0,1	5,3	26,3
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,1	3,4	3,0	107,0
КАРТОФЕЛЬ	60	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	10,1	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	21,6	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	9,8	10,2	9,8	169,8
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	48,35	44	7,8	7,9	0	101,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,8	0,3	5,5	27,9
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	16	16	0,5	0,4	0,8	8,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ		150	2,4	6,7	14,2	132,8
КАРТОФЕЛЬ	64	48	1	0,2	7,6	35,9
МОРКОВЬ	20,25	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ТЫКВА СВЕЖАЯ	26,57	18,6	0,1	0	1,1	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,4	0	2,3	11,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,3	1,6	0,4	22,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150			4,8	19,4
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,7	51,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			18,4	20,6	44,0	490,4

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,4	15,4	21,4	323,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	121,2	121,2	21,1	10,6	3,5	198,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	8,8	8,8	0,9	0,1	6	28,1
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8	0	0	8,5	34,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,7	0	3,1	15,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	1,0	2,5	6,6	52,7
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,6	7,0	78,6
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	3,0	25,9	133,8
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	30	30	2,2	2,8	21,6	121,3
			30,9	24,5	60,9	588,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,7	67,8	130,8	1 447,2



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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,5	6,1	22,2	161,1
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	76	76	2,1	1,8	3,5	55,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,2	1,9	8,5	60,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	76,7	76,7	2,1	1,8	3,6	40,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
			10,1	14,9	40,7	290,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,3	0	1	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,1	5,0	11,8	110,7
КАРТОФЕЛЬ	90	67,5	1,4	0,3	10,7	50,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	15,38	14	2,4	2,5	0	32,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	10,7	11,1	9,0	178,2
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	59,83	50,5	9,1	7,9	0	106,8

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,8	0,3	5,3	27,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,5	4,5	16,8	118,5
КАРТОФЕЛЬ	119,6	89,7	1,7	0,4	14,2	67,0
МОРКОВЬ	33,88	27,1	0,4	0	1,8	9,2
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	15,6	15,6	0,5	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		150	0,6	0,3	20,7	99,9
ШИПОВНИК СУХОЙ	19,4	19,4	0,7	0,3	9,1	53,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			19,9	21,1	69,9	563,9
Полдник						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,6	1,8	24,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,9	0,1	1,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0	0	0	0,1
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	1,1	0,4	14,7	67,2
БАНАН	116,67	70	1,1	0,4	14,7	67,2
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,1		6,8	28,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ВАРЕНЬЕ	10	10	0	0	7,2	27,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			8,7	6,7	34,2	233,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,5	42,9	160,0	1 152,3

**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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,0	7,3	20,4	167,8
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,7	1,4	13,8	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	79	79	2,2	1,9	3,7	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	9,4	63,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
			8,7	11,2	45,6	299,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,5	6,3	9,1	113,4
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	21,6	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3	2,85	0,1	0	0,2	1,4
ЧЕСНОК	3	2,55	0,2	0	0,8	3,7
УКРОП	4	2,96	0,1	0	0,2	1,2
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,5	13,3	12,2	225,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,6	0,1	4,2	24,6
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	67,1	56,7	10,2	8,8	0	119,9
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,5	0,1	5,4	24,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,9	12,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,3	5,3	0,1	0,8	0,2	10,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,1	0	0,4	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		6,8	27,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ЛИМОН	3,8	3,3	0	0	0,1	1,1
САХАР ПЕСОК	4,7	4,7	0	0	4,6	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,5	138,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,1	8,5	41,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			19,8	19,8	38,1	417,5
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		60	4,0	4,6	21,8	144,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25,9	25,9	2,7	0,3	17,6	83,9
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0	0,6	0	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45,4	36,3	0,7	0	1,6	9,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	3,7
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,4	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,7	0,1	0,1	0	1,1
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	14,4	60,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		70	0,3	0,3	6,7	31,9
ЯБЛОКИ	79,55	70	0,3	0,3	6,7	31,9
			8,1	8,1	48,5	306,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,4	39,3	147,4	1 088,3



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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,8	6,2	23,1	163,6
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,6	0,2	16,5	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	79	79	2,2	1,9	3,7	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150			6,8	27,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,7	21,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125,8	125,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
			7,0	10,3	36,9	252,8
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,3	0	1	5,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	2,9	4,6	5,9	78,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	13,2	10,6	0,2	0	0,5	2,9
КАРТОФЕЛЬ	35,33	26,5	0,5	0,1	4,2	19,8
МОРКОВЬ	6,63	5,3	0,1	0	0,4	1,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,3	0,1	0	0,4	2,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	6,3	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,6	100,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	11,85	10	1,8	1,6	0	21,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ		60	9,2	12,3	2,1	155,6
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	45,6	41,5	7,4	7,4	0	95,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,1

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 2,5 % ЖИРНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	12,3	12,3	0,4	0,3	0,6	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	3,2	2,7	15,5	97,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,4	0,5	27,7	133,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ		150			18,7	74,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,4	0,2	8,6	41,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			17,0	19,8	51,8	453,8
Полдник						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	17,6	15,3	16,9	278,0
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	101,66	85,8	15,5	13,3	0	181,4
КАРТОФЕЛЬ	136,53	102,4	1,9	0,4	16,2	76,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,9	0,1	0	0,7	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150			4,8	19,4
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
ФРУКТ СВЕЖИЙ		70	1,1	0,4	14,7	67,2
БАНАН	116,67	70	1,1	0,4	14,7	67,2
			20,4	15,9	47,0	413,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,2	46,2	150,9	1 184,7