

Утверждаю
Директор ГБОУ ООШ №21
г.Новосурбутьшевска

О.Ю.Костюхин

« 10 » *О.Ю.Костюхин* 20 *10* г



**20 –ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ
СТРУКТУРНОЕ
ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «ГВОЗДИЧКА»**

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						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180		6.5	7.6	24.3	192.1
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6		2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5.0	5.4	15.7	132.6
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2.8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	170	170	4,8	5,2	7,8	98.9
			13.8	18.9	55.4	448.2
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ С 4-х месяцев	150	150	0	0	0	0.0
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70		1.1	3.6	5.4	58.1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13.0
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	9,1	7	0,1	0	0,2	1.4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31.5
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР.Б.	200		5.8	7.2	12.4	137.8
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47.0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	28,8	21,6	3,9	3,4	0	45.7
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	1	0,8	0	0	0	0.2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КАНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2.5

ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОННАЯ С ПТИЦЕЙ		160		6.1	8.7	27.7	213.7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36,1	36,1	3,9	0,5	24,7	118,3	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,1	3,1	0	0	0	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	41,3	41,3	1,2	1,3	1,8	24,1	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2	0,8	0,7	0	9,4	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,3	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7	
ПТИЦА	60	60	0	0	0	0,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3	
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С		180			7.8	30.9	
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2.7	0.2	17.6	82.9	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9	
			18.3	20.1	87.9	605.0	
Полдник							
КИСЕЛЬ		150					
кисель	18	18	0	0	0	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	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	
			1.5	2.0	14.9	83.4	
Ужин							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		40	0.9	3.9	3.4	52.1	
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57,11	45,12	0,9	3,9	3,4	52,1	
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ		140	13.2	10.0	3.8	158.1	
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	85	42,5	6,6	0,4	0	29,7	
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.6	10.3	52.4	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0.1		0.3	2.2	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2	
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0	
			15.7	14.5	17.8	264.8	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49.3	55.5	176.0	1,401.4	

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						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		4.1	6.0	8.7	105.6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,4	6,4	81.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6		2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		4.9	5.2	16.1	132.3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	170	170	4,8	5,2	7,8	98.9
			16.4	21.7	40.5	424.4
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100				0.7	3.0
ЯБЛОКИ	7,6	6,7	0	0	0,7	3.0
					0.7	3.0
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20		0.2		0.3	2.6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2.6
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8		5.3	8.7	7.7	131.2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10.9
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17.9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3.4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3.2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	26,67	20	3,6	3,1	0	42.3
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	1	0,75	0	0	0	0.2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1	1	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,6	0,3	16.0

ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ		160	16.9	20.7	28.5	367.6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	103,87	77,9	14,1	12,1	0	164.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,5	8,5	0	8,2	0	74.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,5	0,1	0	0,7	3.4
МОРКОВЬ	10,7	8,5	0,1	0	0,6	2.9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2.0
КРУПА РИСОВАЯ	37,3	37,3	2,5	0,4	26,8	120.5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
			26.5	29.9	71.3	661.3
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		140				
ВАРЕНЕЦ 2.5%	140	140	0	0	0	0.0
Ужин						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)		30	0.4		2.1	10.1
СВЕКЛА	31	24	0,4	0	2,1	10.1
ТВОРОЖЕННЫЕ ПАЛОЧКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		110/10	20.6	14.4	25.9	318.4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104	104	18,1	9,1	3	170.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27.1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10.0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,6	32.8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0.5	0.2	16.7	80.0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0.0
			21.5	14.6	44.7	408.5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64.4	66.2	157.2	1,497.2

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						
КАША "ДРУЖБА"	180		5.6	9.0	24.1	201.6
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,6	0,1	6,5	29.1
ПШЕНО	9	9	1	0,2	6,1	30.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39.2
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20.9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8		3.9	7.9	15.4	149.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	7,27	1,6	2	0	25.7
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4.0	4.3	13.5	110.1
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2.5
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0.0
			13.5	21.2	53.0	460.9
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70		1.1	3.6	5.4	58.1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13.0
ЛУК ЗЕЛЕНый	9,1	7	0,1	0	0,2	1.4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31.5
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8		4.9	7.4	13.5	140.3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	238	238	0	0	0	0.0
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	10	7	0,2	0	0,5	2.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31.7

СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,6	0,3	16,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ		180	16,1	6,8	25,6	245,3
КАРТОФЕЛЬ	204	153	3	0,6	24,2	114,3
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	80	74,4	12,9	2,7	0	91,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,0	27,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			25,9	18,2	76,3	590,3
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		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
			5,1	3,8	8,3	91,5
Ужин						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ		140	12,9	13,3	11,3	217,4
КАРТОФЕЛЬ	57,4	43,1	0,9	0,2	6,8	32,2
МОРКОВЬ	26,9	21,5	0,3	0	1,5	7,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,9	21,5	0,3	0	1,7	8,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	34,5	26,9	0,5	0	1,3	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	80	60	10,9	9,3	0	126,9
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0,1		0,3	2,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			19,6	18,5	22,2	335,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,9	61,9	174,5	1,540,3

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						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		180	6.5	7.4	23.0	184.4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20,2	20	2,2	0,3	13,2	63.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/8	2.3	7.5	15.5	138.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59.8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.9	5.2	16.1	132.3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	170	170	4,8	5,2	7,8	98.9
			13.7	20.1	54.6	455.1
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100			0.7	3.0
ЯБЛОКИ	7,6	6,7	0	0	0,7	3.0
					0.7	3.0
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0.2		0.3	2.6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2.6
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ		200	10.3	14.4	15.8	237.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	185	185	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6.0
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62.8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95.2
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	3.2	4.5	34.1	190.0
КРУПА РИСОВАЯ	45	45	3,1	0,5	32,3	145.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		60	6.7	5.6	0.7	78.9

РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	79,2	39,6	6,1	0,4	0	27,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		180			7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			24,5	25,0	85,7	668,5
Полдник						
КИСЕЛЬ		150				
кисель	18	18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
Ужин						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		70	1,0	7,1	4,6	86,1
КАРТОФЕЛЬ	19,6	14,7	0,3	0,1	2,3	11,0
СВЕКЛА	14	10,5	0,2	0	0,9	4,3
МОРКОВЬ	9,1	7	0,1	0	0,5	2,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,3	10,5	0,1	0	0,2	1,4
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	14,7	10,5	0,2	0	0,3	2,4
ЛУК ЗЕЛЕНый	13,3	10,5	0,1	0	0,3	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	7	0	62,9
ОМЛЕТ С МЯСОМ		140	18,8	23,8	2,3	295,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,13 шт.	85,9	10,6	9,6	0,6	130,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	33,3	33,3	1	1,1	1,6	19,4
ГОВЯДИНА Б/К	48,9	44	8	6,8	0	93,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,3	0,1	48,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,3	0,1	48,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			21,8	31,7	33,9	513,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,0	76,8	174,9	1,640,4

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						
КАША ШОКОЛАДНАЯ		180	5.7	5.8	31.7	200.2
КРУПА МАННАЯ	38,6	38,6	3,9	0,4	26,5	123.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40,4	40,4	1,2	1,3	1,8	23.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,4	105,4	0	0	0	0.0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	6,1	6,1	0,4	0,5	3,3	19.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31.9
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2.2
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.4	4.7	15.2	120.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0.0
			17.5	21.0	62.6	507.4
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		120	5.0	9.7	12.1	156.0
СВЕКЛА	118,8	90	1,4	0,1	7,7	36.7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,2	21,6	0,3	0	1,7	8.6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13,2	13,2	0,6	0	2,4	13.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,4	20,4	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,6	9,6	0	9,3	0	83.7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	5.7	7.9	23.2	189.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	185	185	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6.0
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0

ЛУК ЗЕЛЕНЬЙ	1	0,8	0	0	0	0,2
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17,9
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	9.7	10.1	9.0	165.0
ГОВЯДИНА Б/К	49,3	44,4	8,1	6,9	0	93,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8	0,8	0,3	5,4	27,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			24.5	28.2	79.1	670.3
Полдник						
КЕФИР		140	4.1	3.5	5.6	74.2
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	140	140	4,1	3,5	5,6	74,2
			4.1	3.5	5.6	74.2
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		70	1.1	3.6	5.4	58.1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13,0
ЛУК ЗЕЛЕНЬЙ	9,1	7	0,1	0	0,2	1,4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31,5
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ		120	7.1	4.4	49.0	263.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,5	0,4	0,4	0	5,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
КАРТОФЕЛЬ	137,1	96	1,8	0,4	15,1	71,7
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,3	13,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0.5	0.2	16.7	80.0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			8.7	8.2	71.1	402.0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.6	61.1	233.1	1,716.5

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ		180	5.7	7.3	24.1	184.5
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4.0	4.3	13.5	110.1
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2.5
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0.0
			12.0	17.5	53.0	418.1
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0.2		0.3	2.6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2.6
СВЕКОЛЬНИК НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	2.5	5.5	15.8	124.8
СВЕКЛА	82,58	64	1	0,1	5,4	26.1
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0.0
ПТИЦА	18,3	18,3	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ТУШЕННАЯ КАПУСТА С ПТИЦЕЙ		180	2.2	6.4	45.0	97.5
ПТИЦА	92,9	92,9	0	0	0	0.0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,4	14,6	0,2	0	1,2	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ	31,4	23,2	0,3	0	1,1	5,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	83	66,5	1,2	0,1	3	18,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,4
МОРКОВЬ	1,4	1,4	0	0	0,1	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8	2,3	0	0	0,2	0,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	17,4	13,5	0,2	0	0,9	4,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			9,0	12,4	95,9	384,8
Полдник						
КИСЕЛЬ		150				
кисель	18	18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	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
			1,5	2,0	14,9	83,4
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		70	1,1	3,6	5,4	58,1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13,0
ЛУК ЗЕЛЕНый	9,1	7	0,1	0	0,2	1,4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31,5
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"		60	6,4	5,8	43,7	251,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44	44	4,7	0,6	29,9	142,6
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0	0	12,1	48,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	34	34	1	1,1	1,6	19,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
ДРОЖЖИ	2,4	2,4	0,3	0	0,1	1,8
ЯЙЦА ВАРЕНые		40	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,0	32,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
			12,7	14,0	57,4	405,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,0	46,1	235,9	1,354,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		40	0.9	3.9	3.4	52.1
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57,11	45,12	0,9	3,9	3,4	52,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		120	2.9	3.5	18.5	117.2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	27,1	27,1	2,9	0,4	18,5	88,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,5	46,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.6	4.9	10.7	107.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	4,9	7,3	93,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
			10.7	18.2	48.0	400.0
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100			0.7	3.0
ЯБЛОКИ	7,6	6,7	0	0	0,7	3,0
					0.7	3.0
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		30	0.9	1.8	2.3	28.9
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	39,9	27,9	0,9	0,1	1,7	10,9
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
СУП РАССОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ		200/8	6.8	7.6	17.3	167.5
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	3	3	0	0	0,1	0,4
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,9	0,3	20,0
УКРОП	4,05	3	0,1	0	0,2	1,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,16	3	0,1	0	0,2	1,5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	3,75	3	0	0	0,1	0,6
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	4	3	0	0	0,1	0,8
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6

ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4.0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		180	13.0	13.3	13.1	225.0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	140,6	112,5	1,9	0,1	5,1	30.6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	75	56,2	10,2	8,7	0	118.8
КРУПА РИСОВАЯ	9,1	9	0,6	0,1	6,5	29.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18	0,3	0	1,5	7.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0.0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2.3	0.3	14.8	71.4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			24.5	23.1	65.3	571.1
Полдник						
СНЕЖОК		140				
СНЕЖОК	140	140	0	0	0	0.0
Ужин						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)		30	0.4		2.1	10.1
СВЕКЛА	31	24	0,4	0	2,1	10.1
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕНАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ		110/10	20.0	13.5	27.4	314.8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104	104	18,1	9,1	3	170.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27.1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10.0
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26.6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0.1		0.3	2.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
ЛИМОН	6,67	4	0	0	0,1	1.4
			20.5	13.5	29.8	327.5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.7	54.8	143.8	1,301.6

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						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		180	6.6	8.3	21.6	188.2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	19,8	19,8	2,3	1,2	11,8	67.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4.0	4.3	13.5	110.1
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2.5
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0.0
			18.0	23.1	50.8	484.8
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0.2		0.3	2.6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2.6
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	5.9	8.2	14.5	158.7
СВЕКЛА	40	31	0,5	0	2,6	12.6
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	24,4	18,3	3,3	2,8	0	38.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8.7

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ		70	10.2	3.5	1.7	91.4
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	7,3	7,3	0,2	1,5	0,2	14.6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	60,8	56,6	9,8	2	0	69.7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2.5	4.3	16.2	112.8
КАРТОФЕЛЬ	136,5	102,4	1,9	0,4	16,2	76.4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	0,5	0,6	0,9	10.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			22.9	16.5	67.5	525.4
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		140				
ВАРЕНЕЦ 2.5%	140	140	0	0	0	0.0
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		70	1.1	3.5	4.3	53.5
МОРКОВЬ	66,2	51,3	0,7	0,1	3,4	17.5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	21,5	14	0,4	0	0,9	5.4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30.6
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ		100	21.2	12.7	95.6	581.3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	126,6	126,6	13,3	1,6	85,8	410.1
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8	0	0	8,5	34.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0.0
ДРОЖЖИ	3,8	3,8	0,5	0,1	0,1	2.8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА Б/К	18	16,2	2,9	2,5	0	34.2
ГРУДКА	11,4	11,4	0	0	0	0.0
КОЛБАСА ВАРЕНАЯ ДИЕТИЧЕСКАЯ	10,1	10	1,2	1,3	0	16.0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6.4
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,4	13	2,9	3,7	0	45.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4.4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0.5	0.2	16.7	80.0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0.0
			22.8	16.4	116.6	714.8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64.5	56.2	249.6	1,787.6

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						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ		180	6.2	7.4	22.3	180.7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ		30/6/8	3.9	7.9	15.4	149.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	7,27	1,6	2	0	25.7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.4	4.7	15.2	120.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0.0
			14.5	20.0	52.9	450.6
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100			0.7	3.0
ЯБЛОКИ	7,6	6,7	0	0	0,7	3.0
					0.7	3.0
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ		70	1.2	2.9	8.5	65.6
КАРТОФЕЛЬ	74	51,8	1	0,2	8,1	38.7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,5	10,5	0,1	0	0,2	1.4
ЛУК ЗЕЛЕНый	7	5,6	0,1	0	0,2	1.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24.4
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200/10	4.6	6.9	5.8	103.8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19.4
МОРКОВЬ	14,19	11	0,1	0	0,8	3.8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,2	0	0,9	4.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	24	18	3,2	2,8	0	38.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ		130	16.3	1.9	9.0	119.0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	177,7	88,8	13,7	0,8	0	62.0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26	26	0	0	0	0.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,6	17,3	0,2	0	1,4	6.9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,7	8,7	0,9	0,1	5,9	28.2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8,7	8,7	0,4	0	1,6	8.6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,22 шт.	8,7	1,1	1	0,1	13.3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			26.2	12.2	58.1	448.3
Полдник						
КИСЕЛЬ		150				
кисель	18	18	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	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
			1.5	2.0	14.9	83.4
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ		20	0.2		0.5	2.8
ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ	20	20	0,2	0	0,5	2.8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ		150	16.7	13.9	39.5	349.9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69,2	69,2	8,4	2,2	38,3	206.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,8	103,8	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42.1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95.2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0.1		8.0	32.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1.2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0.0
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.6	10.3	52.4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52.4
			18.5	14.5	58.3	437.2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60.7	48.7	184.9	1,422.5

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						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180		4.3	7.9	10.8	131.8
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	20	20	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	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
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8		2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КАКАО НА МОЛОКЕ	180		4.4	4.7	15.6	121.8
КАКАО НАПИТКИ	1	1	0,1	0	0,9	3.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
			16.1	23.1	42.1	440.1
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	20		0.6		1.3	7.8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,8	20	0,6	0	1,3	7.8
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200		5.7	7.9	23.2	189.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	185	185	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6.0
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ЛУК ЗЕЛЕНый	1	0,8	0	0	0	0.2
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62.8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32.0
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1.3

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	9.3	11.0	0.9	139.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	59,2	44,4	8,1	6,9	0	93.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,8	0,6	0,6	0	7.3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11.6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			9.7	38.7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0.0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			19.7	19.4	62.1	503.9
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		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
			5.1	3.8	8.3	91.5
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		70	1.1	3.6	5.4	58.1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13.0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,1	7	0,1	0	0,2	1.4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31.5
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		110	9.5	4.8	45.9	265.4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6.1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178.2
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	15	15	2,6	0	0	10.7
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0	0.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
САХАР ПЕСОК	3,1	3,1	0	0	3	12.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0.0
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25.6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0.1		0.3	2.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
ЛИМОН	6,67	4	0	0	0,1	1.4
			10.7	8.4	51.6	326.1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52.4	54.9	178.8	1,424.2

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		180	5.7	7.3	24.2	185.2
КРУПА РИСОВАЯ	20,2	20	1,4	0,2	14,4	64.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	117,1	117,1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.4	4.7	15.2	120.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0.0
			17.5	22.5	55.1	492.4
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		70	1.0	7.1	4.6	86.1
КАРТОФЕЛЬ	19,6	14,7	0,3	0,1	2,3	11.0
СВЕКЛА	14	10,5	0,2	0	0,9	4.3
МОРКОВЬ	9,1	7	0,1	0	0,5	2.4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,3	10,5	0,1	0	0,2	1.4
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	14,7	10,5	0,2	0	0,3	2.4
ЛУК ЗЕЛЕНый	13,3	10,5	0,1	0	0,3	2.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	7	0	62.9
СУП С ЗЕЛЕНым ГОРОШКОМ НА КУР.Б.		200	5.8	7.2	12.4	137.8
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47.0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	28,8	21,6	3,9	3,4	0	45,7
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0,5
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0,3
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	1	0,8	0	0	0	0,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КАНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2,5
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПТИЦЕЙ		100	2,8	11,4	20,5	194,8
КАРТОФЕЛЬ	118,1	88,6	1,7	0,4	14	66,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,9	19	0,3	0	1,6	7,6
МОРКОВЬ	18,1	14,3	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,7	5,7	0,6	0,1	3,9	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ПТИЦА	57,1	57,1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			13,7	26,2	74,2	586,4
Полдник						
КИСЕЛЬ		150				
кисель	18	18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	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
			1,5	2,0	14,9	83,4
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)		30	0,3		1,7	8,4
МОРКОВЬ	30	24	0,3	0	1,7	8,4
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		110/10	20,6	14,4	25,9	318,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104	104	18,1	9,1	3	170,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12,7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,6	32,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			21,4	14,6	44,3	406,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,9	65,5	203,2	1,631,6

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	180		6.3	7.3	23.5	184.4
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	117,1	117,1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6		4.4	8.6	15.4	156.3
СЫР РОССИЙСКИЙ	9,9	9	2,1	2,7	0	32.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4.5	4.9	14.8	121.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2.8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
			15.2	20.8	53.7	461.7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100				0.7	3.0
ЯБЛОКИ	7,6	6,7	0	0	0,7	3.0
					0.7	3.0
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30		0.4	1.6	5.2	36.4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35	29,4	0,4	0,1	2,3	11.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13.1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8		5.4	8.8	10.9	144.4
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17.9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3.4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	26,67	20	3,6	3,1	0	42.3
ЛУК ЗЕЛЕНый	1	0,8	0	0	0	0.2
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1	1	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,6	0,3	16.0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	26.2
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	60		8.5	12.1	1.9	149.6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	52,8	39,6	7,2	6,1	0	83.7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41.9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,8	1,2	14.6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	3.0	0.4	19.4	93.2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45,7	45,7	3	0,4	19,4	93.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			18.8	23.0	55.2	501.9
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		140				
ВАРЕНЕЦ 2.5%	140	140	0	0	0	0.0
Ужин						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		70	1.0	7.1	4.6	86.1
КАРТОФЕЛЬ	19,6	14,7	0,3	0,1	2,3	11.0
СВЕКЛА	14	10,5	0,2	0	0,9	4.3
МОРКОВЬ	9,1	7	0,1	0	0,5	2.4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,3	10,5	0,1	0	0,2	1.4
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	14,7	10,5	0,2	0	0,3	2.4
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	13,3	10,5	0,1	0	0,3	2.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	7	0	62.9
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"		60	6.4	5.8	43.7	251.9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44	44	4,7	0,6	29,9	142.6
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0	0	12,1	48.4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	34	34	1	1,1	1,6	19.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4.3
ДРОЖЖИ	2,4	2,4	0,3	0	0,1	1.8
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0.1		0.3	2.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
ЛИМОН	6,67	4	0	0	0,1	1.4
			12.6	17.5	48.9	403.6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46.6	61.3	158.5	1,370.2

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ		180	5.4	7.4	16.6	154.4
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33.8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.4	4.7	15.2	120.7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0.0
			17.2	22.6	47.5	461.6
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		70	1.1	3.6	5.4	58.1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13.0
ЛУК ЗЕЛЕНый	9,1	7	0,1	0	0,2	1.4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31.5
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	5.8	8.3	15.8	163.5
СВЕКЛА	82,58	64	1	0,1	5,4	26.1
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	24,4	18,3	3,3	2,8	0	38.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5

ЛУК ЗЕЛЕНЬЙ	1	0,8	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		170	22,9	24,5	41,8	501,2
КАРТОФЕЛЬ	200,8	150,6	2,9	0,6	23,8	112,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	38,9	32,3	0,5	0,1	2,5	12,8
МОРКОВЬ	30,8	24,3	0,3	0	1,6	8,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,7	9,7	1	0,1	6,6	31,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,2	8,2	0	8	0	71,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,2	8,2	0	6,6	0,1	59,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	104,4	97,1	16,9	3,5	0	119,6
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8,5	8,5	0,2	1,6	0,3	17,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,2	10,2	1,1	0,1	6,9	33,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			33,9	36,9	97,8	882,7
Полдник						
ПРЯНИКИ		20	1,2	0,9	15,0	73,2
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	15	73,2
СНЕЖОК		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
			6,3	4,7	23,3	164,7
Ужин						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ		40	9,3	4,2	0,3	73,6
ГОВЯДИНА Б/К	50,7	45,6	8,2	7,1	0	96,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,6	0,3	0,3	0	4,0
ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ		120	29,3	2,0	61,2	380,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	131,9	131,2	29,3	2	61,2	380,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			40,6	7,0	88,5	586,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			98,8	71,4	271,8	2,158,1

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ	180		5.5	8.2	16.3	161.4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10	9,9	1,2	0,3	5,5	29.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	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
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6		4.4	8.6	15.4	156.3
СЫР РОССИЙСКИЙ	9,9	9	2,1	2,7	0	32.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4.5	4.9	14.8	121.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2.8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
			14.4	21.7	46.5	438.7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0.4	0.4	9.8	47.0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47.0
			0.4	0.4	9.8	47.0
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	70		1.2	2.9	8.5	65.6
КАРТОФЕЛЬ	74	51,8	1	0,2	8,1	38.7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,5	10,5	0,1	0	0,2	1.4
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	7	5,6	0,1	0	0,2	1.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24.4
СУП РАССОЛЬНИК НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ	200/8		2.7	4.1	17.3	119.9
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62.8
МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0.0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	3	3	0	0	0,1	0.4
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,9	0,3	20.0
УКРОП	4,05	3	0,1	0	0,2	1.2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,16	3	0,1	0	0,2	1.5
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	3,75	3	0	0	0,1	0.6
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЬ СЛАДКИЙ	4	3	0	0	0,1	0.8
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0.0

ПТИЦА	22,5	22,5	0	0	0	0.0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4.0
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ		110	14.3	7.6	13.1	178.2
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	96,8	69,7	10,9	0,4	0	46.7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,3	18,3	1,4	0,5	9,1	46.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,2	20,2	0,6	0,6	0,9	11.7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,3	0,9	0,8	0,1	11.2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,5	0,1	0	0,5	2.2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,7	3,7	0,4	0	2,5	12.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0	5,3	0	47.9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			22.3	15.1	73.7	523.6
Полдник						
КИСЕЛЬ		180				
кисель	21,6	21,6	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0.0
Ужин						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)		30	0.4		2.1	10.1
СВЕКЛА	31	24	0,4	0	2,1	10.1
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		110/10	20.0	14.5	20.5	295.9
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104	104	18,1	9,1	3	170.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27.1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10.0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10.3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0.1		0.3	2.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
ЛИМОН	6,67	4	0	0	0,1	1.4
			20.5	14.5	22.9	308.6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57.6	51.7	152.9	1,317.9

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		180	6.5	7.4	23.0	184.4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20,2	20	2,2	0,3	13,2	63.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4.4	4.7	15.2	120.7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2.5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
			18.3	22.6	53.9	491.6
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		120	5.0	9.7	12.1	156.0
СВЕКЛА	118,8	90	1,4	0,1	7,7	36.7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,2	21,6	0,3	0	1,7	8.6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13,2	13,2	0,6	0	2,4	13.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,4	20,4	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,6	9,6	0	9,3	0	83.7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СУП РИСОВЫЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	5.6	7.9	22.9	188.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	185	185	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,2	0	1,2	6.0
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62.8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31.7

СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17,9
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	9.7	10.7	9.0	170.2
ГОВЯДИНА Б/К	49,3	44,4	8,1	6,9	0	93,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8	0,8	0,3	5,4	27,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			24.4	28.8	71.0	643.3
Полдник						
КЕФИР		150	4.4	3.8	6.0	79.5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	155,3	150	4,4	3,8	6	79,5
			4.4	3.8	6.0	79.5
Ужин						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0.6	6.1	4.8	76.8
КАРТОФЕЛЬ	39,5	29,6	0,6	0,1	4,7	22,1
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,6	6	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		120	6.9	4.1	38.3	218.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,5	0,4	0,4	0	5,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,6	0,1	4,4	26,1
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,3	13,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0.1		8.0	32.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			7.6	10.2	51.1	327.2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.5	65.6	196.7	1,604.2

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180		6.2	7.4	22.3	180.7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
БУТЕРБРОДЫ МАСЛОМ	30/6		2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4.5	4.9	14.8	121.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2.8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
			13.0	18.2	52.5	425.2
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70		1.0	7.1	4.6	86.1
КАРТОФЕЛЬ	19,6	14,7	0,3	0,1	2,3	11.0
СВЕКЛА	14	10,5	0,2	0	0,9	4.3
МОРКОВЬ	9,1	7	0,1	0	0,5	2.4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,3	10,5	0,1	0	0,2	1.4
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	14,7	10,5	0,2	0	0,3	2.4
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	13,3	10,5	0,1	0	0,3	2.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	7	0	62.9
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8		2.3	6.0	11.0	109.2
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0.0
ПТИЦА	18,3	18,3	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	1	0,8	0	0	0	0.2

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,83	0,6	0,6	0	7.4
КУРНИК		140	10.1	6.2	68.5	370.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7.8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	70	70	7,4	0,9	47,4	226.8
ПТИЦА	19,1	19,1	0	0	0	0.0
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,1	0	0	0.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18.1
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15.1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0.0
КРУПА РИСОВАЯ	10,2	10,1	0,7	0,1	7,3	32.6
КАРТОФЕЛЬ	76,4	53,5	1,1	0,2	8,4	40.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,1	0	0,9	4.3
МОРКОВЬ	12,7	9,9	0,1	0	0,7	3.4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			17.5	19.8	118.9	725.9
Полдник						
КИСЕЛЬ		150				
кисель	18	18	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0.0
ПРЯНИКИ		20	1.2	0.9	15.0	73.2
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	15	73.2
			1.2	0.9	15.0	73.2
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		40	0.9	3.9	3.4	52.1
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57,11	45,12	0,9	3,9	3,4	52.1
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ		160	2.7	2.2	22.1	119.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,7	0,6	22,1	104.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.6	10.3	52.4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52.4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0.1		0.3	2.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
ЛИМОН	6,67	4	0	0	0,1	1.4
			5.2	6.7	36.1	226.3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37.7	45.8	237.2	1,513.2

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		40	0.9	3.9	3.4	52.1
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57,11	45,12	0,9	3,9	3,4	52,1
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		120	3.0	3.6	19.1	120.8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	28	28	3	0,4	19,1	91,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/6	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5.2	5.6	18.7	147.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,2	0	0,8	3,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
			11.4	19.0	56.6	443.6
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0.4	0.4	9.8	47.0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0.4	0.4	9.8	47.0
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		20	0.2		0.3	2.6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,6
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К..Б. СО СМЕТАНОЙ		200/8	5.2	8.7	7.3	129.3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	26,67	20	3,6	3,1	0	42,3
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0,2
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0,3
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	1	0,75	0	0	0	0,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1	1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,6	0,3	16,0
ГУЛЯШ		100/50	29.7	32.4	6.9	437.5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	210,67	158	28,5	24,5	0	334,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,3	0	1,6	8,0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,4	6,4	0,3	0	1,2	6,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
РИС ОТВАРНОЙ		120	2,9	4,8	30,7	177,6
КРУПА РИСОВАЯ	43,27	42,84	2,9	0,4	30,7	138,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			42.1	46.4	80.0	906.9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ		150	4,5	4,9	7,2	91,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,5	4,9	7,2	91,7
			4.5	4.9	7.2	91.7
Ужин						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)		30	0,4		2,1	10,1
СВЕКЛА	31	24	0,4	0	2,1	10,1
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		110/10	20,6	14,4	25,9	318,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104	104	18,1	9,1	3	170,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12,7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,6	32,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			21.5	14.6	44.7	408.5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			79.9	85.3	198.3	1,897.7

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6		2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180		6.6	8.3	21.6	188.2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	19,8	19,8	2,3	1,2	11,8	67.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4.0	4.3	13.5	110.1
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2.5
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0.0
			18.0	23.1	50.8	484.8
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40		0.9	3.9	3.4	52.1
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57,11	45,12	0,9	3,9	3,4	52.1
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200		5.9	8.2	14.5	158.7
СВЕКЛА	40	31	0,5	0	2,6	12.6
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	24,4	18,3	3,3	2,8	0	38.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8.7

ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		90/20	17.3	18.3	10.1	292.8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	108	90	15,6	3,2	0	110.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14,4	14,4	1,1	0,4	7,2	36.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10,8	10,8	0	10,5	0	94.2
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	1,2	0,2	12.0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13.0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		120	3.0	3.6	19.1	120.8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	28	28	3	0,4	19,1	91.8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			31.2	34.5	81.9	784.3
Полдник						
КЕФИР		140	4.1	3.5	5.6	74.2
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	140	140	4,1	3,5	5,6	74.2
ПЕЧЕНЬЕ		20	1.5	2.0	14.9	83.4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83.4
			5.6	5.5	20.5	157.6
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		70	1.2	7.1	11.4	114.1
СВЕКЛА	69,3	55,3	0,8	0,1	4,8	22.5
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3,5	5,6	0,3	0	2,9	13.0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5,6	5,6	0,1	0	3,7	15.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	7	0	62.9
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ		150	14.5	12.5	46.1	354.7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	69,9	69,2	6,2	0,8	44,9	211.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,8	103,8	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42.1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95.2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.6	10.3	52.4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52.4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0.5	0.2	16.7	80.0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0.0
			17.7	20.4	84.5	601.2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73.3	83.7	252.4	2,090.5

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180		4.3	7.9	10.8	131.8
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	20	20	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	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
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8		2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5.2	5.6	18.7	147.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,2	0	0,8	3.7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104.8
			16.9	24.0	45.2	465.5
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0.4	0.4	9.8	47.0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47.0
			0.4	0.4	9.8	47.0
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20		0.2		0.3	2.6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2.6
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8		5.4	8.8	10.9	144.4
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17.9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3.4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	26,67	20	3,6	3,1	0	42.3
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1	1	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,6	0,3	16.0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	26.2
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60		8.0	3.1	3.9	75.8
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	56,67	40,8	6,3	0,2	0	27.4
МОРКОВЬ	15,48	12	0,2	0	0,8	4.1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	4,8	4,8	0,4	0,1	2,4	12,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,2	0,3	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120	3.1	5.0	86.4	92.2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170,9	136,8	2,4	0,1	6,2	37,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	2,9	2,9	0	0	0,2	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,8	4,8	0,1	0	0,4	1,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,3	41,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7.8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			20.8	17.4	136.3	474.9
Полдник						
РЯЖЕНКА		150	4.5	1.5	6.3	60.0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	154,5	150	4,4	3,8	6,3	81,0
ПЕЧЕНЬЕ		20	1.5	2.0	14.9	83.4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			6.0	3.5	21.2	143.4
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		70	1.1	3.6	5.4	58.1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1	0,1	1,7	13,0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,1	7	0,1	0	0,2	1,4
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,5	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,5	0	31,5
АЗУ		150	12.6	15.3	13.6	243.1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	79,07	59,3	10,7	9,2	0	125,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	9	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	9	0,1	0	0,2	1,2
КАРТОФЕЛЬ	96	72	1,4	0,3	11,3	53,7
БАТОН		20	1.5	0.6	10.3	52.4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0.1		8.0	32.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			15.3	19.5	37.3	385.7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59.4	64.8	249.8	1,516.5

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ		180	6.2	7.4	22.3	180.7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/8	2.3	5.9	15.4	123.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78.6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5.1	4.6	0.3	63.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4.5	4.9	14.8	121.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87.3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2.8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
			18.1	22.8	52.8	488.2
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		70	1.1	10.7	8.3	134.4
КАРТОФЕЛЬ	69,1	51,8	1	0,2	8,1	38.7
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	13,3	10,5	0,1	0	0,3	2.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10,5	10,5	0	10,5	0	94.4
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	5.8	8.3	15.8	163.5
СВЕКЛА	82,58	64	1	0,1	5,4	26.1
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	24,4	18,3	3,3	2,8	0	38.7
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,7	0,3	17.9
УКРОП	1	0,74	0	0	0	0.3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	1	0,8	0	0	0	0.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ		140	31.6	30.4	4.3	418.2
ГОВЯДИНА Б/К	172,5	155,3	28	24,1	0	328.4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,64 шт.	25,6	3,2	2,8	0,2	39.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	26,4	26,4	0,8	0,8	1,2	15.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32.7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,2	5,2	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18.1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			6.8	27.1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.5	0.1	10.0	47.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47.4
			42.6	49.9	62.2	872.2
Полдник						
БИФИДОК		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
			5.1	3.8	8.3	91.5
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		70	0.6	3.5	5.3	56.9
МОРКОВЬ	47,9	37,1	0,5	0	2,5	12.6
ЯБЛОКИ	34,2	30,1	0,1	0,1	2,8	13.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30.6
ВАТРУШКА		120	12.3	7.5	35.1	257.8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,5	0,4	0,4	0	5.3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145.8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	40	40	7	3,5	1,2	65.6
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12.3
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,3	13.2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0.5	0.2	16.7	80.0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41.3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0.0
			13.4	11.2	57.1	394.7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80.0	87.9	195.1	1,909.2