

МЕНЮ

Сад 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 СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	10,99	10	2,37	3,04	0,00	37,50
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150		5,34	7,97	14,83	150,34
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	28,571	28,571	3,49	0,91	15,82	85,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,429	21,429	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,14	0,00	6,09	24,86
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАНЫ	143,14	100,2	1,50	0,50	21,04	96,19
			10,80	12,00	52,20	360,00
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200		2,94	5,00	13,05	90,34
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	200	5,60	5,00	9,02	113,02
			2,94	5,00	13,05	90,34
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50		0,85	3,05	3,97	47,96
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТИП 3	54,38	43,5	0,78	0,04	2,04	12,18
ЛУК СВЕЖИЙ ЗЕЛЕНЫЙ	6,25	5	0,07	0,01	0,16	1,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20		4,96	0,67	9,54	126,15
МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕННОЕ(филе грудки)	14,36	14,001	2,47	2,50	0,00	32,32
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	5,67	4,25	0,06	0,00	0,28	1,45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,04	2,55	0,04	0,01	0,20	1,02

БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	32	32	2,33	0,90	15,96	81,32
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,43	0,425	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,85	0,85	0,03	0,00	0,06	0,41
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,422 шт.	14,753	1,81	1,65	0,10	22,47
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ		70	5,85	11,38	2,60	75,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,612	13,612	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	50,33	42,778	6,63	0,25	0,00	28,63
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	29,04	21,778	0,27	0,02	1,46	7,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,24	2,722	0,04	0,01	0,21	1,09
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,44	0,438	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,57	4,77	16,87	121,16
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	150,17	90,1	1,75	0,35	14,25	67,30
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	36,93	27,7	0,35	0,03	1,85	9,41
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	15,6	15,6	0,44	0,38	0,73	8,17
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ		200	0,09	0,06	30,66	120,92
ВАРЕНЬЕ ТИП 1	20	20	0,08	0,06	14,39	55,87
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КРАХМАЛЫ,КРОМЕ МОДИФИЦИРОВАННЫХ	12,5	12,5	0,01	0,00	9,49	37,96
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,31	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191	191	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			18,52	20,97	91,33	628,81
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		180	12,27	14,87	31,12	320,56
ТВОРОГ	152,53	151	26,36	13,18	4,39	247,53
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	13,8	13,8	1,38	0,14	9,45	44,04
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	10,8	10,8	0,00	0,00	10,46	41,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,094 шт.	3,286	0,41	0,37	0,02	5,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,2	7,2	0,92	0,00	4,30	20,86
СМЕТАНА	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
СОУС КЛЮКВЕННЫЙ		30	0,02	0,01	3,69	15,16
КЛЮКВА СВЕЖАЯ	20	20	0,10	0,04	0,72	5,43
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
КРАХМАЛЫ,КРОМЕ МОДИФИЦИРОВАННЫХ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,68	2,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,00	22,86	99,00
СОК ИЗ ФРУКТОВ И (ИЛИ) ОВОЩЕЙ	180	180	0,00	0,00	20,16	81,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		40	3,00	1,16	20,56	104,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	40	40	3,00	1,16	20,56	104,80
			16,19	16,04	78,23	539,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,45	54,01	234,81	1 618,67

МЕНЮ

Сад 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 ДЖЕМОМ	30		1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		2,68	4,07	10,57	119,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	95,25	95,25	2,68	2,31	4,43	49,90
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,475	32,475	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	20,35	20,35	2,43	1,22	12,20	69,48
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,17	2,48	13,02	55,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИНЫ	149,25	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125		3,50	3,13	5,64	61,90
ЙОГУРТ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			11,54	12,76	53,35	373,14
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50		0,55	3,08	1,74	37,91
ТОМАТЫ (ПОМИДОРЫ)	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
ЛУК СВЕЖИЙ ЗЕЛЕНЫЙ	14,38	11,5	0,15	0,01	0,37	2,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1		4,52	5,78	13,88	125,92
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	53,33	32	0,62	0,13	5,06	23,90
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	7,6	7,6	0,81	0,10	5,20	24,92

МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10,13	7,6	0,10	0,01	0,50	2,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,05	7,6	0,11	0,02	0,60	3,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0,00	1,84	0,00	16,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133	133	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕННОЕ(филе грудки)	14,36	14	2,47	2,50	0,00	32,32
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	1,06	1,056	0,04	0,00	0,08	0,50
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		220	11,12	10,86	42,63	302,79
СУБРПРОДУКТЫ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	161,71	134,378	23,33	4,82	0,00	165,54
РИС	23,351	23,351	1,58	0,22	16,76	75,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	63,71	53,514	0,73	0,11	4,26	21,28
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,7	5,7	0,03	4,56	0,05	41,36
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,7	5,7	0,03	4,56	0,05	41,36
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,08 шт.	2,797	0,35	0,31	0,02	4,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,134 шт.	4,685	0,57	0,52	0,03	7,14
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		180	0,66	0,27	19,05	93,80
ФРУКТЫ СУШЁНЫЕ(АБРИКОС)	20	20	1,01	0,06	9,89	45,01
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,13	0,44	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,97	20,56	91,37	630,31
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		70	8,57	9,06	17,95	205,94
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	11,2	11,2	0,31	0,27	0,52	5,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	10,6	10,6	0,30	0,26	0,49	5,55
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	46,59	39,6	6,15	0,23	0,00	26,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	7,5	7,5	0,54	0,21	3,74	19,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,096 шт.	3,356	0,42	0,38	0,02	5,11
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		150	3,35	5,72	19,28	142,34
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	181,67	109	2,11	0,43	17,24	81,41
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	23	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	1,62	0,18	17,10	72,00
СОК ИЗ ФРУКТОВ И (ИЛИ) ОВОЩЕЙ	180	180	0,00	0,00	20,16	81,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ		21	1,58	2,06	15,62	87,57
ПЕЧЕНЬЕ СЛАДКОЕ	21	21	1,58	2,06	15,62	87,57
			16,11	17,15	76,31	538,44
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,41	55,47	234,10	1 632,65

МЕНЮ
Сад 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 МАСЛОМ	30		1,62	8,61	10,82	127,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	200		9,40	3,50	33,14	197,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	2,981 шт.	104,216	12,84	11,62	0,71	158,71
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТИП 1	66,667	50	0,63	0,00	2,38	12,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,67	6,67	0,03	5,34	0,05	48,39
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7		0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,66	0,656	0,13	0,00	0,27	1,58
ЛИМОНЫ	7,95	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7,72	7,72	0,00	0,00	7,47	29,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,577	195,577	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	12,12	52,18	360,13
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200		2,94	5,00	13,05	90,34
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	200	5,60	5,00	9,02	113,02
			2,94	5,00	13,05	90,34
Обед						
САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50		0,52	2,55	1,79	32,70
ОГУРЦЫ	20,21	20	0,16	0,02	0,50	2,80
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТИП 1	20,5	15,429	0,20	0,00	0,76	4,01
ТОМАТЫ (ПОМИДОРЫ)	14,87	14,714	0,16	0,03	0,56	3,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,50	0,00	22,48
ЛУК СВЕЖИЙ ЗЕЛЕНЫЙ	0,18	0,143	0,00	0,00	0,00	0,03
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,29	0,286	0,01	0,00	0,02	0,14
УКРОП СВЕЖИЙ	0,39	0,286	0,01	0,00	0,02	0,11
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5		1,97	3,96	19,65	98,02
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	30,5	18,3	0,36	0,07	2,89	13,67
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,88	25,5	0,45	0,03	1,16	6,93
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10,13	7,6	0,10	0,01	0,50	2,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99

ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	1,5	1,5	0,05	0,00	0,17	0,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,1	122,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,46	0,46	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,9	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	28,24	24	4,33	3,72	0,00	50,75
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ		70/25	5,09	8,68	6,01	145,80
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	63,14	53,667	9,68	8,33	0,00	113,48
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	10,5	10,5	0,77	0,29	5,24	26,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,67	3,92	0,05	0,01	0,31	1,56
СМЕТАНА	6,8	6,8	0,17	0,99	0,23	13,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4,5	4,5	0,48	0,06	3,06	14,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,9	16,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	0,5	0,5	0,02	0,00	0,06	0,32
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,35	4,98	33,26	206,99
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	54	54	6,60	1,73	29,91	161,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,001	90,001	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СМЕСЬ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (СУХОЙ КОМПОТ)	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,50	21,22	91,39	629,99
Полдник						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70	8,01	11,50	8,52	195,15
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	63,53	54	9,74	8,38	0,00	114,19
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15,56	11,669	0,15	0,01	0,79	3,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,94	5,831	0,08	0,01	0,47	2,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,75	1,75	0,18	0,02	1,18	5,67
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИСТ ЛАВРОВЫЙ СУШЕНЫЙ	0,119	0,119	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		135	0,96	2,48	7,34	56,33
КАБАЧКИ	232	174	1,01	0,50	7,76	40,51
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,60	0,24	22,00	93,00
ЯГОДЫ СУШЕНЫЕ(ШИПОВНИК)	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79

БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		60	5,91	2,17	33,29	174,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	46,3	46,3	4,85	0,58	31,39	150,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,77	0,77	0,10	0,02	0,02	0,57
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	24	24	0,68	0,58	1,12	12,57
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,72	0,72	0,00	0,70	0,00	6,28
			16,80	16,57	79,63	559,27
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,46	54,91	236,25	1 639,73

МЕНЮ

Сад 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 СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	10,99	10	2,37	3,04	0,00	37,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША "ДРУЖБА"	150		2,31	4,98	21,41	141,04
РИС	7,5	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,19	5,12	25,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31	31	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130	130	3,66	3,15	6,05	68,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,73	3,08	11,22	85,42
КАКАО- ПОРОШОК	2,7	2,7	0,63	0,40	0,27	7,57
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100		0,96	0,24	9,00	45,60
МАНДАРИНЫ	113,64	100	0,80	0,20	7,50	38,00
			10,82	11,83	51,91	360,86
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ ТИП 2	63,29	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12		3,18	6,95	23,90	163,47
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	68,27	51,2	0,75	0,05	4,37	20,86
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	52,5	31,5	0,61	0,13	4,98	23,53
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	9,6	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,64	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0,00	4,37	0,00	39,25
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	0,9	0,9	0,03	0,00	0,11	0,57
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	1,17	1,17	0,00	0,00	1,13	4,53

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА	12	12	0,30	1,75	0,41	23,98
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	20,35	17,3	3,12	2,69	0,00	36,58
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП СВЕЖИЙ	1,22	0,9	0,02	0,00	0,06	0,35
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		70	10,19	10,34	7,26	164,82
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	60,74	51,625	9,31	8,01	0,00	109,16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	18	18	1,31	0,50	8,97	45,75
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	14,88	14,875	0,42	0,36	0,69	7,79
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,63	2,625	0,01	2,10	0,02	19,05
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	2,91	2,71	35,09	186,84
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	51,8	51,8	5,53	0,65	35,42	169,83
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	310,8	310,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/10	0,04	0,03	7,20	27,94
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ ТИП 1	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,12	0,43	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			19,16	20,69	90,49	629,66
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	8,53	7,18	33,46	248,12
МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕННОЕ(филе грудки)	91,28	89	15,71	15,89	0,00	205,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,47	7,467	0,00	7,24	0,00	65,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,667	0,15	0,02	0,84	4,24
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	14,22	10,667	0,14	0,01	0,72	3,62
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	2,67	2,667	0,10	0,00	0,30	1,71
РИС	44	44	2,99	0,43	31,58	142,12
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ИЗ ФРУКТОВ И (ИЛИ) ОВОЩЕЙ	180	180	0,00	0,00	20,16	81,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		60	5,46	8,83	13,69	162,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,035 шт.	1,224	0,16	0,14	0,01	1,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,043 шт.	1,503	0,18	0,16	0,01	2,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,026 шт.	0,909	0,12	0,10	0,01	1,39
ТВОРОГ	19,09	18,9	3,30	1,65	0,55	30,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	0,94	0,94	0,10	0,01	0,64	3,05
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	3,14	3,14	0,00	0,00	3,04	12,15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	29,6	29,6	3,10	0,37	20,07	95,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	0,86	0,86	0,09	0,01	0,58	2,78
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,75	0,75	0,10	0,02	0,02	0,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,17	0,17	0,00	0,16	0,00	1,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,37	1,37	0,01	1,10	0,01	9,94

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,94	0,94	0,00	0,76	0,01	6,82
ВАНИЛИН ТИП 1	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,55	16,41	75,93	539,46
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,32	53,93	231,40	1 620,74

МЕНЮ

Сад 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 ДЖЕМОМ	30		1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		8,37	8,32	20,51	194,15
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	30	30	3,35	0,38	19,76	95,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,14	0,00	6,09	24,86
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			10,20	11,60	52,42	360,00
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,93	5,00	13,49	90,89
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207,04	200	5,80	5,00	8,00	106,00
			2,93	5,00	13,49	90,89
Обед						
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	50		0,63	0,05	2,38	12,61
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТИП 1	66,67	50	0,65	0,00	2,45	13,00
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10		2,11	3,04	4,95	97,95
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	58,33	35	0,68	0,14	5,54	26,14
ОГУРЦЫ ТИП 2	13,67	10,8	0,09	0,01	0,17	1,36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,57	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	18,82	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00

ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,9	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	8,33	6,58	18,63	118,34
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	69,41	59	10,64	9,16	0,00	124,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	12	12	0,87	0,34	5,98	30,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ		150	3,28	9,98	23,12	196,22
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	191,67	115	2,23	0,45	18,19	85,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,462	3,462	0,00	3,36	0,00	30,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0,00	4,37	0,00	39,25
СМЕТАНА	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,85	2,85	0,30	0,04	1,93	9,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	3,8	3,8	0,14	0,00	0,44	2,43
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,304	0,304	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИСТ ЛАВРОВЫЙ СУШЕНЫЙ	0,015	0,015	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		180	0,05	0,00	14,54	57,94
КЛЮКВА ТИП 2	15	15	0,05	0,00	7,76	30,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	219,4	219,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,64	20,78	91,76	622,85
Полдник						
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		200	10,48	12,90	15,29	280,00
МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕННОЕ(филе грудки)	52,69	51,37	9,07	9,17	0,00	118,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,29	2,286	0,00	2,21	0,00	19,93
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	191,67	115	2,23	0,45	18,19	85,89
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	20	15	0,19	0,02	1,01	5,09
РЕПА СТОЛОВАЯ ТИП 1	20,27	15	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	3,43	3,429	0,12	0,00	0,39	2,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,571	4,571	0,00	4,43	0,00	39,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,29	2,286	0,24	0,03	1,55	7,41
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ЛИМОНЫ	7,95	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7,51	7,506	0,00	0,00	7,27	29,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,534	190,534	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		60	5,17	4,19	45,06	182,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	41,9	41,9	4,39	0,52	28,41	135,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,85	1,846	0,19	0,02	1,25	5,98
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,292	1,292	0,01	1,04	0,01	9,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,85	1,846	0,00	1,78	0,00	16,10
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,03 шт.	1,049	0,13	0,12	0,01	1,60
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,83	0,83	0,11	0,02	0,02	0,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,739	18,739	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,37	0,369	0,00	0,36	0,00	3,22
			17,51	17,32	79,17	548,49
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,28	54,70	236,84	1 622,23

МЕНЮ

Сад 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 СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	10,99	10	2,37	3,04	0,00	37,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150		2,95	5,89	21,53	172,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,143	28,143	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	31,36	31,36	3,74	1,88	18,80	107,08
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130	130	3,66	3,15	6,05	68,09
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	10,714	10,714	0,00	0,00	10,37	41,47
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРУКТЫ СУШЁНЫЕ(АБРИКОС)	9	9	0,46	0,03	4,45	20,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,17	2,48	13,02	55,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИНЫ	149,25	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			10,84	12,10	52,93	359,80
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50		0,39	1,05	1,21	15,78
ОГУРЦЫ	50,01	49,5	0,40	0,05	1,24	6,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	1,00	0,00	8,99
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,25	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20		2,83	6,19	29,65	163,05
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	35,83	21,5	0,42	0,09	3,40	16,06
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ	12,5	12,5	2,79	0,19	5,83	36,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,50
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,8	109,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	32	31,995	2,33	0,90	15,96	81,32
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,9	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	8,85	9,50	7,83	186,30
СУБРПРОДУКТЫ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	109,75	91,2	15,83	3,27	0,00	112,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	17,07	12,8	0,16	0,01	0,85	4,35
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	13,33	8	0,16	0,03	1,26	5,98
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,099 шт.	3,461	0,43	0,39	0,02	5,27
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		130	1,42	2,49	7,98	60,63
КАБАЧКИ	160,73	120,545	0,70	0,35	5,38	28,06
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,7	17,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	17,7	17,7	0,49	0,43	0,82	9,27
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		200	0,31	0,07	15,71	65,25
ЯГОДЫ СУШЕНЫЕ(ИЗЮМ)	14	14	0,31	0,07	8,93	38,16
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,04	20,43	90,52	630,80
Полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		70	8,96	4,10	19,27	120,62
ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	54,35	46,2	7,17	0,27	0,00	30,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	9,6	9,6	0,70	0,27	4,78	24,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0,00	5,42	0,00	48,83
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		140	2,73	2,14	4,19	118,73
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	233,33	140	2,72	0,54	22,14	104,57
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,95	4,947	0,02	3,96	0,04	35,89
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,60	0,24	22,00	93,00
ЯГОДЫ СУШЕНЫЕ(ШИПОВНИК)	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
ПРЯНИКИ		30	1,77	10,41	12,10	109,80

ПРЯНИКИ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
			17,60	17,84	81,01	558,64
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,27	55,37	237,53	1 640,00

МЕНЮ
Сад 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		1,62	8,61	10,82	127,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200		8,58	3,10	23,36	151,39
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	2,641 шт.	92,329	11,38	10,30	0,63	140,61
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	77,294	77,294	2,17	1,87	3,60	40,49
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	10	10	1,05	0,13	6,78	32,40
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ БЕЗ УКСУСА ИЛИ УКСУСНОЙ КИСЛОТЫ(КРОМЕ ГОТОВЫХ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ)	36,92	24	0,72	0,05	1,51	9,31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,263	5,263	0,03	4,21	0,04	38,19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7		0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,66	0,656	0,13	0,00	0,27	1,58
ЛИМОНЫ	7,95	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7,72	7,72	0,00	0,00	7,47	29,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,577	195,577	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША СВЕЖАЯ	100		0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУШИ	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			10,80	12,02	52,70	360,62
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200		2,94	5,00	13,05	90,34
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	200	5,60	5,00	9,02	113,02
			2,94	5,00	13,05	90,34
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50		0,55	3,08	1,74	37,91
ТОМАТЫ (ПОМИДОРЫ)	36,37	36	0,40	0,07	1,37	8,64
ЛУК СВЕЖИЙ ЗЕЛЕНЫЙ	14,38	11,5	0,15	0,01	0,37	2,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15		3,13	5,84	10,87	112,16
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	43,44	32,583	0,48	0,03	2,78	13,27
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	26,21	20,967	0,37	0,02	0,96	5,69
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	19,2	11,522	0,22	0,05	1,82	8,60
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	9,57	7,178	0,09	0,01	0,49	2,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,86	5,761	0,08	0,01	0,46	2,29
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	4,25	4,25	0,15	0,00	0,49	2,73
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,722	4,722	0,00	4,58	0,00	41,18

САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	1,42	1,417	0,00	0,00	1,37	5,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,317	115,317	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	28,24	24	4,33	3,72	0,00	50,75
СМЕТАНА	15	15	0,38	2,18	0,51	29,97
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП СВЕЖИЙ	1,28	0,944	0,02	0,00	0,06	0,37
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)		70	8,96	8,09	19,15	185,25
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	44,71	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	14	14	0,90	0,12	5,75	27,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,95	26	0,35	0,05	2,07	10,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,124 шт.	4,335	0,53	0,49	0,03	6,61
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	2	2	0,07	0,01	0,15	0,95
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,58	1,575	0,16	0,02	1,07	5,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,75	15,75	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	2,91	2,71	35,09	186,84
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	51,6	51,6	5,51	0,65	35,29	169,18
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	310,8	310,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,25	2,25	0,01	1,80	0,02	16,33
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/10	0,04	0,03	7,20	27,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,2	32,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,333	158,333	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ ТИП 1	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,12	0,43	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,03	20,36	90,24	630,19
Полдник						
СУФЛЕ РЫБНОЕ		70	5,15	7,39	1,56	108,93
ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	73,43	62,417	9,69	0,36	0,00	41,78
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	10,733	10,733	0,30	0,26	0,50	5,63
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,92	2,917	0,01	2,34	0,02	21,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,92	2,917	0,31	0,04	1,98	9,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,733	10,733	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,193 шт.	6,747	0,83	0,76	0,05	10,27
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,833	5,833	0,03	4,67	0,05	42,32
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ		130	2,92	7,05	3,68	90,53
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	31,893	31,893	0,89	0,78	1,48	16,70
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,453	7,453	0,04	5,97	0,06	54,08
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	7,453	7,453	0,78	0,10	5,05	24,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,893	31,893	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,52	0,52	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	215,385	112	2,72	0,33	4,56	32,59
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	3,62	3,293	0,76	0,97	0,00	11,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,733	1,733	0,00	1,68	0,00	15,11
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,47	3,467	0,02	2,77	0,03	25,15
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,34	0,08	11,35	67,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0,00	0,00	0,00	0,00

ЯГОДЫ СУШЕНЫЕ(ИЗЮМ)	13,6	13,6	0,30	0,07	8,68	37,07
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
БУЛОЧКА РОЗОВАЯ		55	4,73	1,82	38,16	165,38
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,38	1,375	0,15	0,02	0,93	4,45
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,8	0,8	0,10	0,02	0,02	0,60
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,641	0,641	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	4,41	3,309	0,05	0,00	0,28	1,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,191	1,191	0,01	0,95	0,01	8,64
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,024 шт.	0,839	0,11	0,10	0,01	1,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,5	16,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,34	17,25	76,08	539,11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,11	54,63	232,07	1 620,26

МЕНЮ

Сад 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 ДЖЕМОМ	30		1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		5,11	6,30	14,76	164,81
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,274	2,274	0,01	1,82	0,02	16,50
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
РИС	22,35	22,35	1,51	0,21	16,04	72,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,17	2,48	13,02	55,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100		0,96	0,24	9,00	45,60
МАНДАРИНЫ	113,64	100	0,80	0,20	7,50	38,00
			10,53	11,90	52,80	359,65
II Завтрак						
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,80	5,00	13,14	90,07
РЯЖЕНКА	206,68	200	5,80	5,00	8,40	108,00
			2,80	5,00	13,14	90,07
Обед						
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50		3,23	3,42	5,54	65,87
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	58,33	35	0,68	0,14	5,54	26,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ СЛАБОЙ СОЛИ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	26,04	12,5	2,13	1,06	0,00	18,13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1		2,06	4,18	21,00	141,30
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	63,33	38	0,74	0,15	6,00	28,38
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	9,07	6,8	0,09	0,01	0,46	2,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,1	6,8	0,10	0,01	0,54	2,71
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	1,7	1,7	0,06	0,00	0,19	1,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119	0,00	0,00	0,00	0,00

ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	33,18	28,2	4,37	0,16	0,00	18,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,037 шт.	1,294	0,16	0,15	0,01	1,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,85	0,85	0,03	0,00	0,06	0,41
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ		70	7,11	9,25	18,22	179,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	35	35	0,99	0,85	1,63	18,33
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	6,07	6,067	0,64	0,08	4,11	19,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,373	0,373	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕННОЕ(филе грудки)	48,62	47,4	8,37	8,46	0,00	109,43
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,162 шт.	5,664	0,70	0,63	0,04	8,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		140	2,78	2,12	11,38	76,73
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	40,51	30,38	0,38	0,03	2,04	10,31
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	48,07	28,84	0,56	0,12	4,56	21,54
ГОРОХ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ БЕЗ УКСУСА ИЛИ УКСУСНОЙ КИСЛОТЫ(КРОМЕ ГОТОВЫХ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ)	21,54	14	0,42	0,03	0,88	5,43
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,75	35	0,61	0,04	1,60	9,51
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	23,8	23,8	0,67	0,58	1,11	12,46
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		180	0,29	0,09	14,04	59,37
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ (СЛИВА)	13	13	0,29	0,09	7,26	32,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			18,67	19,97	91,51	628,56
Полдник						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ		50	1,89	2,00	8,50	59,56
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	64,67	48,5	0,61	0,05	3,25	16,47
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,50	9,98
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		200	12,29	14,87	29,71	310,56
ТВОРОГ	191,92	190	33,17	16,59	5,53	311,47
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,50	0,15	10,27	47,87
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,104 шт.	3,636	0,45	0,41	0,03	5,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,03	0,00	4,77	23,18
СМЕТАНА	6,6	6,6	0,16	0,96	0,22	13,19
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,52	0,00	28,81	118,73
СОК ИЗ ФРУКТОВ И (ИЛИ) ОВОЩЕЙ	180	180	0,00	0,00	19,56	78,57

БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			16,20	17,45	77,30	541,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,20	54,32	234,75	1 619,53

МЕНЮ
Сад 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 СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	10,99	10	2,37	3,04	0,00	37,50
КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150		2,89	5,08	20,80	139,43
ПШЕНО	31,93	31,928	3,56	0,84	21,81	109,01
ТЫКВА ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ ТИП 1	73,27	51,286	0,54	2,14	2,99	33,33
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	70	70	1,97	1,70	3,26	36,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,786	36,786	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,73	3,08	11,22	85,42
КАКАО- ПОРОШОК	2,7	2,7	0,63	0,40	0,27	7,57
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			10,84	12,09	52,10	360,65
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,93	5,00	13,49	90,89
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207,04	200	5,80	5,00	8,00	106,00
			2,93	5,00	13,49	90,89
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50		3,05	6,10	3,41	81,30
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	54	40,5	0,59	0,04	3,45	16,50
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	11,98	10,9	2,58	3,31	0,00	40,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,50	0,00	22,48
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10		2,43	5,22	1,92	110,67
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,25	0,01	0,66	3,91
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	51,67	31	0,60	0,12	4,90	23,15
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	9,6	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,57	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
ГОРОХ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ БЕЗ УКСУСА ИЛИ УКСУСНОЙ КИСЛОТЫ(КРОМЕ ГОТОВЫХ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ)	8,86	5,76	0,17	0,01	0,36	2,23
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	18,82	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП СВЕЖИЙ	1,22	0,9	0,02	0,00	0,06	0,35
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		70	6,13	4,91	9,92	76,55
ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	47,51	40,38	6,27	0,23	0,00	27,02
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	18,67	14	0,17	0,01	0,94	4,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,67	5,6	0,08	0,01	0,45	2,23
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	7	7	0,51	0,19	3,49	17,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,075 шт.	2,622	0,32	0,29	0,02	4,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	8	8	0,22	0,19	0,37	4,19
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,72	2,52	17,00	101,81
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	185,32	111,193	2,15	0,43	17,58	83,05
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	20,8	20,8	0,58	0,50	0,97	10,89
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ		200	0,09	0,06	30,66	120,92
ВАРЕНЬЕ ТИП 1	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛЫ,КРОМЕ МОДИФИЦИРОВАННЫХ	13,5	13,5	0,01	0,00	10,24	40,99
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,31	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191	191	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,66	19,94	91,05	631,04
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,93	4,46	0,27	60,92
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,994 шт.	34,75	4,28	3,88	0,23	52,92
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	6,30	9,19	20,45	200,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,34	106,671	1,86	0,11	4,86	28,97
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	57,65	49	8,84	7,60	0,00	103,62
РИС	8,89	8,886	0,60	0,09	6,38	28,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,46	14,667	0,20	0,03	1,16	5,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,882	5,882	0,00	5,70	0,00	51,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,234 шт.	8,181	1,01	0,91	0,06	12,45
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,60	0,24	22,00	93,00
ЯГОДЫ СУШЕНЫЕ(ШИПОВНИК)	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ		60	3,69	3,52	29,85	164,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	25,2	25,2	2,64	0,32	17,08	81,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24	0,00	0,23	0,00	2,10
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,031 шт.	1,084	0,14	0,12	0,01	1,65
ЯБЛОКИ	61,82	54,4	0,21	0,21	5,17	24,80
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90

САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,64	2,64	0,01	2,11	0,02	19,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,063 шт.	2,202	0,27	0,24	0,02	3,36
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,6	6,6	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,84	17,59	81,05	558,98
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,27	54,62	237,69	1 641,56

МЕНЮ
Сад 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 ДЖЕМОМ	30		1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150		3,77	4,20	21,64	139,49
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	28,857	28,571	2,77	0,36	18,13	86,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	4,29	4,286	0,00	0,00	4,15	16,59
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		2,94	2,43	10,73	77,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ (ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ)	0,65	0,65	0,13	0,00	0,26	1,56
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125		3,50	3,13	5,64	61,90
ЙОГУРТ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			11,50	12,64	54,03	372,54
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,05	1,25	7,00
ОГУРЦЫ	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10		2,18	7,86	16,65	137,85
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	37,33	28	0,41	0,03	2,39	11,41
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	17,5	14	0,24	0,01	0,64	3,80
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	11,67	7	0,14	0,03	1,11	5,23
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	9,33	7	0,09	0,01	0,47	2,38
ФАСОЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ	7	7	1,43	0,14	3,19	20,23
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,10	0,01	0,55	2,78
ПЮРЕ ТОМАТНОЕ ТИП1	2,1	2,1	0,08	0,00	0,24	1,35

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,19	2,188	0,01	1,76	0,02	15,88
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	2,1	2,1	0,00	0,00	2,04	8,13
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,126	0,126	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	28,24	24	4,33	3,72	0,00	50,75
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,88	0,875	0,03	0,00	0,07	0,42
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	12,54	11,25	30,40	288,14
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	319,5	191,7	3,72	0,75	30,31	143,18
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,33	3,33	0,43	0,00	1,99	9,65
МЯСО ГОВЯДИНА ЗАМОРОЖЕННАЯ	78,47	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,83	13,3	0,18	0,03	1,06	5,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		180	0,05	0,00	14,54	57,94
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КЛЮКВА ТИП 2	15	15	0,05	0,00	7,76	30,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	219,4	219,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			19,41	20,29	90,98	630,72
Полдник						
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ		70	6,01	3,54	15,88	131,18
ФИЛЕ ТРЕСКОВЫХ РЫБ МОРОЖЕНОЕ	72,94	62	9,62	0,36	0,00	41,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	12,25	12,25	0,89	0,35	6,11	31,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,625	16,625	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,42	8,75	0,12	0,02	0,70	3,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,56	1,556	0,00	1,50	0,00	13,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,096 шт.	3,356	0,42	0,38	0,02	5,11
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,625	2,625	0,34	0,00	1,56	7,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,63	2,625	0,00	2,54	0,00	22,89
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К,)		130	2,18	7,32	11,20	120,39
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	146,67	88	1,71	0,34	13,91	65,73
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	20	15	0,19	0,02	1,01	5,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,75	15	0,26	0,02	0,69	4,07
ГОРОХ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ БЕЗ УКСУСА ИЛИ УКСУСНОЙ КИСЛОТЫ(КРОМЕ ГОТОВЫХ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ)	23,08	15	0,46	0,03	0,95	5,82
РЕПА СТОЛОВАЯ ТИП 1	20,27	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,76	0,05	14,20	60,85
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ СВЕКЛОВИЧНЫЙ В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ФРУКТЫ СУШЁНЫЕ(АБРИКОС)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76

ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		60	4,28	6,27	21,10	156,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,84	0,84	0,00	0,81	0,00	7,32
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛый СВЕКЛОВИЧный В ТВЕРДОМ СОСТОЯНИИ БЕЗ ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИХ ИЛИ КРАСЯЩИХ ДОБАВОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРные СУШЕные	0,75	0,75	0,10	0,02	0,02	0,56
ЯЙЦА КУРИные В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,052 шт.	1,818	0,22	0,20	0,01	2,76
МУКА ПШЕНИЧная	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ПЕТРУШКА СВЕЖая	0,36	0,36	0,01	0,00	0,03	0,17
ЯЙЦА КУРИные В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,026 шт.	0,909	0,12	0,10	0,01	1,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24	0,00	0,23	0,00	2,10
ЯЙЦА КУРИные В СКОРЛУПЕ СВЕЖИЕ	0,058 шт.	2,028	0,25	0,22	0,01	3,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,92	1,92	0,00	1,86	0,00	16,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,64	2,64	0,01	2,11	0,02	19,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,48	6,48	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧная	24,3	24,3	2,54	0,31	16,48	78,73
КАПУСТА БЕЛОКОЧанная	40,5	32,4	0,56	0,03	1,47	8,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный ОБОГАЩЕнный		35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕния	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			15,55	17,49	77,22	539,85
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,25	55,42	235,30	1 633,87

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 216039700814417408888458946809972442417735892201

Владелец Буклинова Лариса Серафимовна

Действителен с 02.03.2026 по 02.03.2027