

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 МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	180		4,6	6,2	20,0	154,5
КРУПА МАННАЯ	18	18	1,8	0,2	12,3	57,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,8	100,8	2,8	2,4	4,7	52,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,6	66,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,6	2,7	10,6	82,0
КАКАО	3	3	0,4	0	0,6	3,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	2,7	5,2	59,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90		0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			10,9	10,2	41,0	357,4
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	180		2,9	4,2	14,3	110,6
КАРТОФЕЛЬ	135	81	1,6	0,3	12,8	60,5
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2	0,9	0,8	0,1	11,0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЁННЫЙ	80		14,7	15,9	6,2	228,1
ГОВЯДИНА Б/К	73,6	66,3	11,9	10,3	0	140,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	48	38,4	0,7	0	1,7	10,5
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	7,3	4,8	0,1	0	0,3	1,8
КРУПА МАННАЯ	2,4	2,4	0,2	0	1,6	7,7
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,7
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	2,4	2,4	0,1	0,4	0,1	4,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,5	2,3	0,5	0,7	0	8,1
РАГУ ОВОЩНОЕ	130		2,7	7,6	15,0	140,4

КАРТОФЕЛЬ	71,5	42,9	0,9	0,2	6,8	32,0
МОРКОВЬ	37,73	28,3	0,4	0	1,9	9,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,2	26,2	0,4	0,1	2	10,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,4	29,1	0,5	0	1,4	7,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	9,1	9,1	0	7,3	0,1	66,1
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,1	35,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,2	4,2	0,2	0	0,8	4,2
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	20,4	13,3	0,4	0	0,9	5,1
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			23,7	28,3	68,8	634,9

Полдник

КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		150	0,2	0,1	16,4	67,8
ВИШНЯ	10	8,5	0,1	0	0,9	4,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,8	6,8	0	0	5,1	20,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,1	0	0,7	4,2
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		80	1,1	4,3	6,1	67,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	56,8	56,8	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,6	25,6	0,7	0,6	1,2	13,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
			1,3	4,4	22,5	135,6

Ужин

КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		200	6,2	6,6	23,2	177,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	26,3	26	3,2	0,9	14,4	77,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	106	106	3	2,6	4,9	55,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	72	72	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	4,9	20,2
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			8,6	7,6	29,7	276,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,5	50,5	162,0	1 404,4

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						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ	180		5,4	5,9	23,3	167,9
ПШЕНО	23,4	23,2	2,6	0,6	15,8	79,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		4,2	3,3	13,0	99,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,4	0	1,8	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90		0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			11,5	10,2	46,2	361,6
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180		5,0	2,5	11,0	86,7
КАРТОФЕЛЬ	104,33	62,6	1,3	0,3	9,9	46,8
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
СВЕЖАЯ РЫБА	25,2	22,5	3,6	0,5	0	18,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70		12,3	12,7	6,9	222,5
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	9,7	8,3	0	114,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	0,9	44,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,1	0	0,6	2,8
ЧЕСНОК	0,9	0,8	0,1	0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,4	0,7	7,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	6,9	0,8	0,1	4,6	22,0
ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	130		2,6	6,1	9,9	105,5
КАРТОФЕЛЬ	48,17	28,9	0,6	0,1	4,6	21,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,4	49,9	0,9	0	2,2	13,6
МОРКОВЬ	35,07	26,3	0,3	0	1,7	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27,3	27,3	0,8	0,7	1,3	14,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			21,9	21,6	48,2	506,9
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180		0,9	0,2	19,6	89,1
СОК	180	180	0,9	0,2	19,6	89,0
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			2,4	2,2	34,5	172,5
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15		24,3	15,9	26,0	348,9
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	118,3	118,3	20,7	10,3	3,4	193,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,5	0,4	0,7	8,1
КРУПА МАННАЯ	9,1	9,1	0,9	0,1	6,2	29,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,5	12,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,1	47,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	0,1	4,9	20,2
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			24,4	16,0	30,9	369,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,2	50,0	159,8	1 410,1

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 МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180		4,4	5,4	24,3	163,5
КРУПА РИСОВАЯ	23,7	23,4	1,6	0,2	16,8	75,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180		2,7	2,4	12,2	81,7
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,7	2,3	4,5	50,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,7	10	2,3	3	0	36,4
ГРУША СВЕЖАЯ	90		0,4	0,3	9,3	42,3
ГРУША	100	90	0,4	0,3	9,3	42,3
			11,3	11,7	46,9	376,3
Обед						
СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГОВЯДИНОЙ	200		9,7	5,5	12,4	137,8
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	24,2	24,08	5,3	0,4	11,3	69,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4	4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30		3,5	1,4	2,5	122,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	48	3,5	1,4	2,5	122,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА	70		9,0	13,0	8,8	195,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	40,6	37,8	6,6	1,4	0	46,6
КРУПА РИСОВАЯ	9,8	9,7	0,7	0,1	7	31,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,8	58,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,7	18,2	0,3	0	1,5	7,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,3 шт.	11,9	1,5	1,4	0,1	18,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77	77	0	0	0	0,0

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8	2,4	0	0	0,2	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,001	0,001	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	3,4	5,1	19,8	138,7
КАРТОФЕЛЬ	187,5	112,5	2,2	0,5	17,8	84,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42	42	1,2	1,1	1,9	22,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,2	0,1	14,0	58,6
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,1	0,1	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,1	0	0,7	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9	0,2	0	0,7	4,2
			28,7	25,5	75,3	738,6

Полдник

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,0	3,6	8,0	88,8
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,5	150,04	4,9	3,7	8,1	88,8
ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ		70	4,5	4,2	4,5	74,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	39,2	39,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,1	2,1	0	0	2	8,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,05 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	19,1	19,1	3,3	1,6	0,6	31,3
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,3
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	4,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0	0	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,4	15,4	0,4	0,4	0,7	8,1
			9,5	7,8	12,5	162,8

Ужин

ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		80	13,0	9,9	7,9	172,2
СВЕЖАЯ РЫБА	77,2	68,86	11,1	1,5	0	57,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,2	16,13	0,2	0	1,3	6,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,4	6,4	0,2	0,2	0,3	3,4
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	4,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9,6	9,5	1,1	0,1	6,3	30,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150		0,1	7,8	31,6
Чай	0,3	0,3	0	0,1	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
			15,3	10,9	17,3	282,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,8	55,9	152,0	1 560,1

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 МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	180		5,0	6,3	18,4	151,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,1	1,1	10,8	61,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,8	100,8	2,8	2,4	4,7	52,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,6	66,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	0,1	7,8	31,8
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90		0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			7,0	7,4	36,1	277,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ	200		4,9	8,3	9,4	136,7
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	16	16	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,5	0,5	0	6,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	26	26	0,8	0,7	1,2	13,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,1
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2	0	27,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
РАГУ ОВОЩНОЕ	130		2,5	6,1	14,4	123,6

КАРТОФЕЛЬ	71,5	42,9	0,9	0,2	6,8	32,0
МОРКОВЬ	38,13	28,6	0,4	0	1,9	9,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,9	26	0,4	0,1	2	10,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,8	28,6	0,5	0	1,3	7,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,2	0	0,7	3,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,2	7,2	0	5,7	0,1	52,3
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	16	10,4	0,3	0	0,7	4,1
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		70	17,5	17,3	6,3	282,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	114,1	82,2	14,9	12,8	0	175,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	0,9	44,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	6,9	0,8	0,1	4,6	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
			27,6	32,1	54,8	654,9
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			6,6	4,4	9,4	143,9
Ужин						
БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ МАННЫЕ С ПОВИДЛОМ		80	3,9	4,2	22,7	143,3
КРУПА МАННАЯ	21,6	21,6	2,1	0,2	14,7	69,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ПОВИДЛО	3,2	3,2	0,4	0	1,9	9,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	4,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,4	0	2,1	10,2
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	11,6	47,3
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
			4,0	4,3	34,3	190,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,2	48,2	134,6	1 267,2

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						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	13,1	17,0	2,5	216,1
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	2,42 шт.	97,5	12	10,9	0,7	148,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	39	39	1,1	1	1,8	20,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ		40	1,2	0,1	2,5	15,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	62	40,3	1,2	0,1	2,5	15,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,2	3,3	15,9	110,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,4	0	1,8	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
			20,0	21,0	22,0	394,7
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	41	40,58	0,3	0	1	5,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		180	5,7	7,3	6,9	122,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
КАРТОФЕЛЬ	36	21,6	0,4	0,1	3,4	16,1
МОРКОВЬ	12,67	9,5	0,1	0	0,7	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0	0	0,1	0,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
СУФЛЕ РЫБНОЕ		70	11,7	6,0	0,8	103,2
СВЕЖАЯ РЫБА	69,3	61,8	10	1,4	0	51,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,4	0,7	7,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,8	2,8	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,26 шт.	10,5	1,3	1,2	0,1	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	2,6	4,2	20,6	130,7
КАРТОФЕЛЬ	217,17	130,3	2,5	0,5	20,6	97,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
			23,7	18,1	62,6	517,5
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
			5,7	4,5	23,8	162,3
Ужин						
РАГУ ОВОЩНОЕ		130	2,7	7,6	14,7	139,1
КАРТОФЕЛЬ	71,5	42,9	0,9	0,2	6,8	32,0
МОРКОВЬ	37,73	28,3	0,4	0	1,9	9,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,2	26,2	0,4	0,1	2	10,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,4	29,1	0,5	0	1,4	7,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,2	4,2	0,2	0	0,8	4,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	9,1	9,1	0	7,3	0,1	66,1
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	19,5	12,7	0,4	0	0,8	4,9
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЯЗЫК ОТВАРНОЙ		60	14,6	11,0	0,4	158,4
ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК	101,4	93,3	14,5	11	0	156,6
МОРКОВЬ	3,07	2,3	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0	0	0,2	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
			18,9	19,3	25,9	389,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,3	62,9	134,3	1 463,9

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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		4,8	6,2	19,2	152,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	18	17,8	1,9	0,2	11,7	56,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,3	3,3	14,7	106,2
КАКАО	3,6	3,6	0,5	0	0,7	4,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,4	59,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАНАН СВЕЖИЙ	90		1,4	0,5	18,9	86,4
БАНАН	128,57	90	1,4	0,5	18,9	86,4
			12,0	10,6	53,9	397,0
Обед						
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ	200		2,9	3,6	9,2	86,5
СВЕКЛА	42	31,5	0,5	0	2,7	12,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
ФАСОЛЬ	8	8	1,6	0,2	3,7	23,1
МОРКОВЬ	6	4,5	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,008	0,008	0	0	0	0,0
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЛОВ	180		16,3	19,4	36,7	387,0
ГОВЯДИНА Б/К	77,44	69,7	12,6	10,9	0	147,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5,4	5,4	0	5,2	0	47,0
КРУПА РИСОВАЯ	48,6	48,1	3,3	0,5	34,5	155,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	14,4	10,8	0,1	0	0,7	3,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,8	4,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150		0,2	0,1	12,0	50,9
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,1	0,1	1,6	8,1

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,1	0	0,7	4,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			22,1	23,5	74,9	606,0

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ		150	4,4	3,8	7,3	82,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,5	3,8	7,4	82,5
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ		75	0,6	8,4	10,1	119,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	9,6	9,6	0	7,7	0,1	69,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,05 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,2
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,1	0,1	0	1,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,6	7,6	0,2	0,2	0,4	4,0
НАТРИЙ ДВУУГЛЕКИСЛЫЙ	0	0	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,1
			5,0	12,2	17,4	201,6

Ужин

КОТЛЕТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ		80	2,9	9,2	12,5	145,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	32	25,6	0,5	0	1,2	7,0
МОРКОВЬ	56,8	42,6	0,6	0	2,8	14,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
КАРТОФЕЛЬ	49,67	29,8	0,6	0,1	4,8	22,2
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,6	5,5	0,6	0,1	3,6	17,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,2	7,2	0	5,7	0,1	52,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
*ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			5,3	10,2	23,8	263,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,4	56,5	170,0	1 467,9

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						
КАША БОЯРСКАЯ (ИЗ ПШЕНА С ИЗЮМОМ)	180		7,3	14,3	31,1	282,0
ПШЕНО	34,2	33,8	3,8	0,9	23,1	115,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	72	72	2	1,7	3,4	37,7
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	2,4	2,4	0,1	0	1,6	6,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	13	13	0,1	10,4	0,1	94,3
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,27 шт.	10,8	1,4	1,2	0,1	16,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	150		2,3	2,0	11,5	73,2
Чай	0,3	0,3	0	0,1	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,5	79,5	2,2	1,9	3,7	41,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			11,1	16,9	43,7	407,6
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,8	39,9	0,3	0	1	5,6
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200/10		6,0	7,6	8,1	125,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	46,67	28	0,6	0,1	4,5	21,0
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4	4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30		3,4	1,3	2,5	120,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47,3	47,3	3,4	1,4	2,5	120,2
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	60		8,0	12,3	5,8	177,4
ГОВЯДИНА Б/К	36	32,4	5,8	5	0	68,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	6,6	6,6	0,5	0,2	0,4	16,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27,1	22,8	0,3	0	1,8	9,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,15 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,5	5,4	0,6	0,1	3,6	17,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с луком		120	5,3	10,5	24,5	213,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	41	40,59	4,9	1,3	22,5	121,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,8	82,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	29	24,36	0,3	0	1,9	9,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			25,7	32,1	66,6	754,6
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
			3,0	1,1	17,9	152,8
Ужин						
СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ		120	8,3	7,1	14,2	156,5
МОРКОВЬ	106,67	80	1	0,1	5,3	27,2
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,27 шт.	10,8	1,4	1,2	0,1	16,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,8	16,8	0,5	0,4	0,8	8,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
КРУПА МАННАЯ	4,8	4,8	0,5	0	3,3	15,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	28,8	28,8	5	2,5	0,9	47,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,0	3,6	8,0	88,8
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,5	150,04	4,9	3,7	8,1	88,8
ГРУША СВЕЖАЯ		90	0,4	0,3	9,3	42,3
ГРУША	100	90	0,4	0,3	9,3	42,3
			13,7	11,0	31,5	287,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,5	61,1	159,7	1 602,6

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 МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200		2,8	5,6	8,6	96,9
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	28	28	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
*ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	0,1	11,6	47,3
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90		0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			4,8	6,7	30,1	238,9
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		5,8	7,5	9,1	132,7
СВЕКЛА	42	31,5	0,5	0	2,7	12,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	26	15,6	0,3	0,1	2,4	11,6
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,1
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80		14,8	13,1	0,9	197,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	81,6	75,9	13,2	2,7	0	93,5
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	8	8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,3 шт.	12	1,5	1,4	0,1	18,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120		4,0	6,2	24,7	171,5

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	31,2	31,2	3,3	0,4	21,3	102,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	28,8	21,6	0,3	0	1,5	7,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
			27,3	27,2	59,4	614,0

Полдник

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,0	3,6	8,0	88,8
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,5	150,04	4,9	3,7	8,1	88,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			7,3	6,5	30,3	213,9

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		80	10,7	4,4	2,4	103,4
СВЕЖАЯ РЫБА	60,8	54,2	8,7	1,2	0	45,2
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	6,4	6,4	0,5	0,2	0,3	16,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			12,3	5,1	13,2	195,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,7	45,5	133,0	1 262,1

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 МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	180		5,6	5,7	29,9	194,0
ПШЕНО	18,2	18	2	0,5	12,3	61,5
КРУПА РИСОВАЯ	14,6	14,4	1	0,1	10,4	46,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	93,6	93,6	2,6	2,2	4,4	49,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,2	61,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		4,2	3,3	19,8	126,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,4	0	1,8	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,7	10	2,3	3	0	36,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			13,6	12,6	50,8	408,9
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200		4,3	4,6	11,8	105,7
КАРТОФЕЛЬ	112	67,2	1,3	0,3	10,7	50,1
МОРКОВЬ	10,6	7,95	0,1	0	0,5	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,008	0,008	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20,83	15	2,7	2,3	0	32,0
КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	70		15,4	24,4	9,3	318,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	100	72	13,1	11,3	0	153,6
КАРТОФЕЛЬ	15,83	9,5	0,2	0	1,5	7,1
МОРКОВЬ	21,07	15,8	0,2	0	1,1	5,3
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	6,9	0,8	0,1	4,6	22,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,3	17,1	0,2	0	1,4	6,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
ЧЕСНОК	2,1	1,8	0,1	0	0,5	2,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,2	0,1	0,3	2,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8,4	8,4	0	8,1	0	73,2
РАГУ ОВОЩНОЕ	150		2,9	4,3	16,5	117,9

КАРТОФЕЛЬ	82,5	49,5	1	0,2	7,9	37,0
МОРКОВЬ	44	33	0,4	0	2,2	11,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,7	30	0,4	0,1	2,4	11,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,3	33	0,6	0	1,6	8,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	18,46	12	0,4	0	0,8	4,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,2	0,1	12,0	50,9
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,1	0,1	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,1	0	0,7	4,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			25,5	33,8	66,6	675,0
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
			7,4	4,7	9,9	170,1
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)		130	19,7	13,2	28,8	317,9
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	97,5	97,5	17,1	8,5	2,8	159,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	10,4	10,4	1,1	0,1	7,1	33,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,3	13	0,3	0,1	8,3	35,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,5	12,4
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	3,9	3,9	0,1	0,6	0,1	7,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
ВАНИЛИН	0	0	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		150	0,1		17,6	72,3
КЛЮКВА	7	6,86	0	0	0,3	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,8	6,8	0	0	5,1	20,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	8	7,76	0,1	0	0,6	3,3
			19,8	13,2	46,4	390,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,3	64,3	173,7	1 644,2

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						
ОМЛЕТ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	130		11,0	14,7	6,3	202,0
КАРТОФЕЛЬ	45,5	27,3	0,5	0,1	4,3	20,4
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	1,94 шт.	78	9,6	8,7	0,5	118,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,9	29,9	0,9	0,7	1,4	15,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ	40		1,6	0,1	3,4	21,0
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	77,3	54,1	1,6	0,1	3,4	21,0
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180		2,7	2,4	14,1	89,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,7	2,3	4,5	50,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			16,8	17,8	24,9	364,9
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		6,2	7,9	13,6	157,9
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,4	0	2,6	12,2
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70		8,8	9,2	2,4	152,2
СВЕЖАЯ РЫБА	51,8	46,2	7,5	1	0	38,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	9,1	9,1	0,7	0,3	0,5	23,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,6	5,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5,6	5,6	0	5,4	0	48,8
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	17,5	17,5	0,5	2,5	0,6	35,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,3	5,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,8	2,8	0,1	0	0,5	2,8

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ		120	2,9	3,8	30,2	166,1
КРУПА РИСОВАЯ	42,4	42	2,8	0,4	30,2	135,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	252	252	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
			21,3	21,5	79,5	632,0

Полдник

СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		80	1,1	4,3	6,1	67,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	56,8	56,8	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,6	25,6	0,7	0,6	1,2	13,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
			6,2	8,1	14,4	159,3

Ужин

КОТЛЕТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ		80	2,9	9,2	12,5	145,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	32	25,6	0,5	0	1,2	7,0
МОРКОВЬ	56,8	42,6	0,6	0	2,8	14,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
КАРТОФЕЛЬ	49,67	29,8	0,6	0,1	4,8	22,2
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,6	5,5	0,6	0,1	3,6	17,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,2	7,2	0	5,7	0,1	52,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150		0,1	9,7	39,3
Чай	0,3	0,3	0	0,1	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			5,2	10,2	23,8	263,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,5	57,6	142,6	1 419,3

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 МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180		5,5	5,9	20,1	156,4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	23,4	23	2,8	0,8	12,7	68,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,7	2,3	4,5	50,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
*ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	0,1	11,6	47,3
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90		0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			7,5	7,0	41,6	298,4
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180		4,9	6,6	8,4	119,0
СВЕКЛА	37,87	28,4	0,4	0	2,4	11,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	23,33	14	0,3	0,1	2,2	10,5
МОРКОВЬ	12,67	9,5	0,1	0	0,7	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	13,5	13,5	0,4	1,9	0,5	27,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		17,0	27,0	22,4	401,2
ГОВЯДИНА Б/К	86	77,4	14	12	0	163,6
КАРТОФЕЛЬ	200	120	2,3	0,5	19	89,6
МОРКОВЬ	26,13	19,6	0,3	0	1,4	6,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20,2	0,3	0	1,6	8,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	10	10	0	9,7	0	87,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,04	0,04	0	0	0	0,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,6	34,0	55,5	632,8
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ		150	4,4	3,8	7,3	82,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,5	3,8	7,4	82,5
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			6,7	6,7	29,6	207,6
Ужин						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ		150	8,6	10,6	34,9	270,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,29	13,9	3,1	4	0	49,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,5	7,5	0	6	0,1	54,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150		0,1	9,7	39,3
Чай	0,3	0,3	0	0,1	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			10,9	11,6	46,2	388,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,7	59,3	172,9	1 527,4

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						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,2	3,3	17,8	118,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,4	0	1,8	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ		200	6,4	7,1	23,7	185,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152	152	4,3	3,7	7,1	79,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
			12,9	11,3	43,1	382,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ) С ГОВЯДИНОЙ		200	8,7	5,9	15,1	148,2
КАРТОФЕЛЬ	66	39,6	0,8	0,2	6,3	29,6
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,1	3,6	0,3	7,5	46,7
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,5	1,4	2,5	122,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	48	3,5	1,4	2,5	122,0
ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		80	8,9	13,1	6,9	191,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52	41,6	0,7	0	1,9	11,3
ГОВЯДИНА Б/К	43,2	38,9	7	6	0	82,3
КРУПА РИСОВАЯ	3,2	3,2	0,2	0	2,3	10,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,6	11,3	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,6	5,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	6,8	5,1	30,6	195,4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	55,8	55,2	6,8	1,7	30,6	164,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,8	82,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			30,6	25,9	79,8	769,3
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
			3,0	3,1	38,6	199,3
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		130	21,1	14,2	13,2	269,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	117	117	20,5	10,2	3,4	191,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	16,9	16,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,13 шт.	5,2	0,7	0,6	0	8,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		150	0,1		17,6	72,3
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	8	7,76	0,1	0	0,6	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,8	6,8	0	0	5,1	20,7
КЛЮКВА	7	6,86	0	0	0,3	1,8
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		90	0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,2	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			21,6	14,6	39,6	384,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,1	54,9	201,1	1 735,6

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						
КАША "ЯНТАРНАЯ" (из пшена с яблоками)		180	6,9	10,6	31,1	252,5
ПШЕНО	28,8	28,5	3,2	0,8	19,5	97,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120,6	120,6	3,4	2,9	5,6	63,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯБЛОКИ	34,2	30,1	0,1	0,1	2,8	13,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,2	7,2	0	5,7	0,1	52,3
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	7,2	7,2	0,2	1,1	0,3	14,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,3	3,3	18,6	121,6
КАКАО	3,6	3,6	0,5	0	0,7	4,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,4	59,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
			12,7	14,5	50,8	426,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ		200	5,6	2,8	12,2	96,4
КАРТОФЕЛЬ	116	69,6	1,4	0,3	11	52,0
МОРКОВЬ	10,6	7,95	0,1	0	0,5	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СВЕЖАЯ РЫБА	28	25	4,1	0,6	0	20,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ		70	14,4	12,6	7,8	218,1
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	81,2	75,5	13,1	2,7	0	93,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	11,9	11,8	1,4	0,2	7,8	37,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	7,7	7,7	0	7,5	0	67,1
ОВОЩНОЕ ПЮРЕ		130	2,6	6,1	9,9	105,5
КАРТОФЕЛЬ	48,17	28,9	0,6	0,1	4,6	21,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,4	49,9	0,9	0	2,2	13,6
МОРКОВЬ	35,07	26,3	0,3	0	1,7	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27,3	27,3	0,8	0,7	1,3	14,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6

СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
			26,0	22,1	63,2	575,8
Полдник						
БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ»		80	5,4	4,7	6,2	89,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	47,2	47,2	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2	0,9	0,8	0,1	11,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,4	14,4	0,4	0,4	0,7	7,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	20,8	20,8	3,6	1,8	0,6	34,1
ДРОЖЖИ	2,1	2,1	0,3	0	0	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,0	3,6	8,0	88,8
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,5	150,04	4,9	3,7	8,1	88,8
			10,4	8,3	14,2	178,1
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	3,2	6,4	17,7	150,0
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	18,8	18,8	0,5	2,7	0,7	37,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,6	5,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,3	56,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	180	108	2,1	0,4	17,1	80,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	3,1	2,82	0,7	0,8	0	10,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9	0,2	0	0,7	4,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150		0,1	9,7	39,3
Чай	0,3	0,3	0	0,1	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			5,7	7,4	29,8	272,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,8	52,3	158,0	1 452,5

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 МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	200		5,2	6,0	21,9	162,4
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112	112	3,1	2,7	5,2	58,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	74	74	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180		2,7	2,4	14,1	89,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,7	2,3	4,5	50,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			9,4	9,0	37,1	304,3
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200		4,6	4,4	12,2	107,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	16	16	1,7	0,2	11	52,5
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,4	0,4	0	0	0,1	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	70/70		11,4	19,1	3,9	258,5
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	75,97	54,7	9,9	8,5	0	116,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	14	1,1	0,4	0,8	35,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,7	14	0,2	0	1,1	5,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,6	5,6	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,7	1,4	0	0	0,1	0,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,8	2,8	0,1	0	0,5	2,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЁНАЯ		150	3,3	3,4	9,7	84,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215,6	172,5	3	0,2	7,9	46,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			22,0	27,3	50,5	562,7
Полдник						
БУЛОЧКА «РОЗОВАЯ»		80	1,2	2,3	3,7	39,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	57,6	57,6	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,1	2,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СВЕКЛА	8,53	6,4	0,1	0	0,6	2,6
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
			6,3	6,1	12,0	131,4
Ужин						
КОТЛЕТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ		100	3,7	11,5	15,6	181,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
МОРКОВЬ	71	53,25	0,7	0,1	3,6	18,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАРТОФЕЛЬ	62	37,2	0,7	0,1	5,9	27,7
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,17 шт.	7	0,9	0,8	0	10,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	6,93	0,8	0,1	4,6	22,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	7,8	31,8
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
БАНАН СВЕЖИЙ		90	1,4	0,5	18,9	86,4
БАНАН	128,57	90	1,4	0,5	18,9	86,4
			6,7	12,7	43,4	352,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,4	55,1	143,0	1 350,7

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						
ОМЛЕТ С СЫРОМ		130	15,9	19,9	2,2	252,8
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	2,26 шт.	91,1	11,3	10,2	0,6	138,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,8	33,8	1	0,8	1,6	17,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,2	16,6	3,8	4,8	0	58,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,2	5,2	0	4,2	0	37,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ		40	1,2	0,1	2,5	15,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	61,5	40	1,2	0,1	2,5	15,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
*ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			18,7	20,7	15,5	360,2
Обед						
СВЕКЛА ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ		40	0,6		3,4	16,4
СВЕКЛА	53,73	40,3	0,6	0	3,4	16,4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		180	6,0	7,5	12,3	146,9
КАРТОФЕЛЬ	90	54	1,1	0,2	8,5	40,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,6	3,6	0,3	0	2,3	11,0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,1	0	0,3	1,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,8	10,8	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	13,5	13,5	0,4	1,9	0,5	27,0
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ		80	15,9	6,8	3,2	136,6
СВЕЖАЯ РЫБА	106,7	95,2	15,3	2	0	79,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,85	4,8	0,6	0,1	3,2	15,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,9	4,4	17,1	120,2
КАРТОФЕЛЬ	162,5	97,5	1,9	0,4	15,4	72,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36,4	36,4	1,1	0,9	1,6	19,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,2	0,1	12,0	50,9

ЯБЛОКИ	20	17,6	0,1	0,1	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	9,7	0,1	0	0,7	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			28,3	19,2	65,0	552,6
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			6,6	5,8	23,2	174,9
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ		130	5,1	11,2	21,6	209,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,9	24,7	0,4	0	1,2	6,7
МОРКОВЬ	27,73	20,8	0,3	0	1,4	7,1
КАРТОФЕЛЬ	112,67	67,6	1,4	0,3	10,7	50,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,5	13	0,2	0	1,1	5,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10,4	10,4	0,1	8,3	0,1	75,5
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
КРУПА МАННАЯ	6,5	6,5	0,7	0,1	4,5	20,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,5	12,4
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	3,9	3,9	0,1	0,6	0,1	7,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	4,3	3,9	0,9	1,2	0	13,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			6,7	11,9	32,4	301,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,3	57,6	136,1	1 389,2

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 МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		4,8	5,4	19,3	145,4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	18,2	18	2	0,2	11,8	57,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,7	2,3	4,6	50,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170		3,9	3,1	17,4	113,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,4	3,4	0,4	0	1,7	8,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	127,5	127,5	3,6	3,1	5,9	66,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,7	69,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			10,2	9,1	37,8	311,7
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	41	40,58	0,3	0	1	5,7
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		5,8	7,5	9,1	133,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,1
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	9,2	6	0,2	0	0,4	2,3
«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	70/60		8,9	9,3	9,7	157,9
ГОВЯДИНА Б/К	44,7	40,3	7,3	6,2	0	85,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	4,9
КРУПА РИСОВАЯ	9,9	9,8	0,7	0,1	7,1	31,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,8	20,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,5	1,3	0,1	0	0,4	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93	93	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,5	13	0,2	0	1,1	5,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,5	6,5	0,3	0	1,2	6,4

МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3,9	3,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,5	4,9	34,9	205,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	306	306	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,3	5,3	0	4,3	0	38,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			23,2	22,1	79,4	615,4

Полдник

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ		150	5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»		80	1,1	4,7	7,6	77,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	56	56	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	2,5	2,5	0,1	0	1,6	6,8
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,2	23,2	0,7	0,6	1,1	12,1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,1	0,1	0	0,1	0	0,9
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
			6,2	8,5	15,9	169,1

Ужин

ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		80	13,0	9,9	7,9	172,2
СВЕЖАЯ РЫБА	77,2	68,86	11,1	1,5	0	57,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,2	16,13	0,2	0	1,3	6,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,4	6,4	0,2	0,2	0,3	3,4
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	4,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9,6	9,5	1,1	0,1	6,3	30,4
*ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			14,6	10,6	18,7	264,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,2	50,3	151,8	1 360,3

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						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200		5,5	6,5	21,4	166,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126	126	3,6	3,1	5,8	66,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84	84	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90		0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180		2,7	2,4	14,1	89,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,7	2,3	4,5	50,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			10,1	9,9	45,4	350,9
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ФАСОЛЮ) С ГОВЯДИНОЙ	200		7,5	5,2	14,9	138,3
КАРТОФЕЛЬ	66	39,6	0,8	0,2	6,3	29,6
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
ФАСОЛЬ	16	16	3,3	0,3	7,3	46,3
ТЕФТЕЛИ	70/60		8,5	12,5	3,6	183,9
ГОВЯДИНА Б/К	44,2	39,8	7,2	6,2	0	84,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	13	1	0,4	0,7	33,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,6	13,1	0,2	0	1,1	5,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4,5	4,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3,2	3,2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	7,2	5,4	0,1	0	0,4	1,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,5	1,3	0	0	0,1	0,5

САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ)	130		2,7	4,7	15,7	116,6
КАРТОФЕЛЬ	124,33	74,6	1,5	0,3	11,8	55,7
МОРКОВЬ	52	39	0,5	0	2,6	13,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27,3	27,3	0,8	0,7	1,3	14,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
			20,7	22,7	54,6	531,0
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180		0,9	0,2	19,6	89,1
СОК	180	180	0,9	0,2	19,6	89,0
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			2,4	2,2	34,5	172,5
Ужин						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	130		8,4	7,2	41,1	265,1
КРУПА РИСОВАЯ	31,2	30,9	2,1	0,3	22,2	99,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	26,4	26,4	4,7	2,3	0,8	43,3
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,5	12,4
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	3,9	3,9	0,1	0,6	0,1	7,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,4	13,4	0,3	0,1	8,5	36,6
ВАНИЛИН	0	0	0	0	0	0,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ	150		5,0	3,6	8,0	88,8
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,5	150,04	4,9	3,7	8,1	88,8
			13,4	10,8	49,1	353,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,6	45,6	183,6	1 408,3

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						
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	200		6,3	6,4	32,9	215,1
ПШЕНО	20,2	20	2,2	0,5	13,7	68,3
КРУПА РИСОВАЯ	16,2	16	1,1	0,2	11,4	51,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	104	104	2,9	2,5	4,9	54,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	180		5,3	4,6	8,8	99,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,3	4,6	8,8	99,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			13,1	11,6	42,8	366,5
Обед						
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГОВЯДИНОЙ	200		7,9	8,7	17,5	180,7
КАРТОФЕЛЬ	140	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	5,33	4	0,1	0	0,3	1,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	1,7	3,3	36,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4	4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40		4,7	1,8	3,4	162,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	64	64	4,7	1,8	3,4	162,7
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70		11,8	7,4	0,8	129,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	64	59,5	10,4	2,1	0	73,3
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	7	7	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,26 шт.	10,5	1,3	1,2	0,1	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
РАГУ ОВОЩНОЕ	150		2,6	8,7	15,7	153,2
КАРТОФЕЛЬ	82,5	49,5	1	0,2	7,9	37,0
МОРКОВЬ	44	33	0,4	0	2,2	11,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,7	30	0,4	0,1	2,4	11,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,3	33	0,6	0	1,6	8,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10,5	10,5	0,1	8,4	0,1	76,1
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			29,7	27,0	62,1	738,4
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
			3,0	1,1	17,9	152,8
Ужин						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	100		4,5	7,0	16,3	146,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	22,6	22,6	2,4	0,3	15,4	74,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,7	38,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,32 шт.	12,9	1,6	1,5	0,1	19,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,2	16,2	0,5	0,4	0,8	8,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ГРУША СВЕЖАЯ	90		0,4	0,3	9,3	42,3
ГРУША	100	90	0,4	0,3	9,3	42,3
			6,5	8,0	36,4	280,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,3	47,7	159,2	1 538,1

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 ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180		5,0	6,6	18,4	153,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,1	1,1	10,8	61,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,8	100,8	2,8	2,4	4,7	52,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,6	66,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		4,2	3,3	17,8	118,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,4	0	1,8	8,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,8	73,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			10,7	10,5	37,3	324,2
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200		4,6	4,6	15,4	121,5
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	10,6	7,95	0,1	0	0,5	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,008	0,008	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ (ПРИПУЩЕННЫЕ)	70		17,9	16,1	1,5	245,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	126	90,7	16,5	14,2	0	193,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	0,7	32,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
КАПУСТА ТУШЁНАЯ	70		1,6	2,3	5,3	49,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100,8	80,6	1,5	0,1	3,7	21,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
МОРКОВЬ	2,13	1,6	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,5	2,9	0	0	0,2	1,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,1	0	0,3	1,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	70		1,6	2,4	9,2	64,7
КАРТОФЕЛЬ	87,5	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,6	19,6	0,6	0,5	0,9	10,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
			29,1	26,0	64,7	636,8
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ	150		5,1	3,8	8,3	91,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 500 г	170,45	150	5,1	3,8	8,3	91,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
			7,4	4,7	9,9	170,1
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130		21,3	14,4	13,2	271,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	118,3	118,3	20,7	10,3	3,4	193,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	16,9	16,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	0,13 шт.	5,2	0,7	0,6	0	8,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180		0,2	0,1	24,6	100,8
КЛЮКВА	9,4	9,2	0	0	0,3	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,2	8,2	0	0	6,2	24,9
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	9	8,7	0,1	0	0,6	3,7
			21,5	14,5	37,8	372,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,7	55,7	149,7	1 503,7

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						
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ		130	10,1	11,9	4,7	166,6
ЯЙЦА СТОЛОВОЕ 1 КАТ (ШТ.)	1,71 шт.	68,9	8,5	7,7	0,5	105,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,2	1,1	2	22,5
МОРКОВЬ	42,93	32,2	0,4	0	2,1	11,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ		180	2,7	2,4	14,1	89,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,7	2,3	4,5	50,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			14,3	14,9	19,9	308,5
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200	6,1	8,9	12,5	160,0
СВЕКЛА	68,27	51,2	0,8	0,1	4,4	20,9
КАРТОФЕЛЬ	56	33,6	0,7	0,1	5,3	25,1
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0	47,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ (кг)	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		70	9,0	4,8	5,3	122,9
СВЕЖАЯ РЫБА	51	45,5	7,4	1	0	37,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12,6	12,6	0,9	0,4	0,7	32,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,1	7	0,8	0,1	4,7	22,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
РИС ОТВАРНОЙ		130	3,1	4,1	32,4	178,5
КРУПА РИСОВАЯ	45,5	45,05	3,1	0,5	32,3	145,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,55	4,55	0	3,7	0	33,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	273	273	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,9	18,2	74,9	574,0
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		150	0,7	0,2	16,3	74,2
СОК	150	150	0,8	0,2	16,3	74,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,9	1,6	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,9	1,6	78,6
			3,0	1,1	17,9	152,8
Ужин						
РАГУ ОВОЩНОЕ		120	2,1	7,0	12,7	123,1
КАРТОФЕЛЬ	66	39,6	0,8	0,2	6,3	29,6
МОРКОВЬ	35,2	26,4	0,3	0	1,7	8,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,6	24	0,3	0	1,9	9,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33	26,4	0,5	0	1,2	7,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8,4	8,4	0	6,7	0,1	60,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
*ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,1
ЯЗЫК ОТВАРНОЙ		40	9,7	7,3	0,2	105,6
ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК	67,6	62,2	9,7	7,3	0	104,4
МОРКОВЬ	2	1,5	0	0	0,1	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2	1,7	0	0	0,1	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1	0,1	9,7	39,5
Чай	0,4	0,4	0	0,1	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,4	122,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,6	1,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,6	1,1	52,4
			13,4	15,0	23,7	320,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,6	49,2	136,4	1 355,9

МДОУ № 19 "БЕРЕЗКА" ЯМР, Воронина Елена Александровна, ЗАВЕДУЮЩАЯ
29.07.2022 13:29 (MSK), Сертификат № 5FBF8500FEADACB14AA40D74F6E67002