



МЕНЮ

Ясли от 1-3 года

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ПШЕНИЧНАЯ 150	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ 150	КАША МАННАЯ 150	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150	КАША РИСОВАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ 150	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ 150	КАША "ДРУЖБА" 100
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5/21	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5/21	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20
ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/13
II Завтрак									
СОК 100	БАНАН 100	СОК 100	ЯБЛОКО 100	СОК 100	СОК 100	БАНАН 100	СОК 100	ЯБЛОКО 100	СОК 100
Обед									
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С МОРКОВЬЮ 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ 150	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ 150	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ И ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ 50	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 50	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ 150	САЛАТ ИЗ МОРКОВКИ 50
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ М/Б 150	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С КУРОЙ 150	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б 150	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/Б 150	СУП С ФАСОЛЬЮ НА М/Б 150	ЩИ НА М/Б 150/5	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ 150	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ 150/30
ПЛОВ С МЯСОМ 130	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 150	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ 60	СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР 60	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР 80
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	КОМПОТ 150	КОМПОТ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	КОМПОТ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 100
КОМПОТ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100			КОМПОТ 150	РИС ОТВАРНОЙ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 100		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40				КОМПОТ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		КОМПОТ 150
	КОМПОТ 150					КОМПОТ 150	КОМПОТ 150		
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ 150	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ 50	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ 150
БАТОН 25	БАТОН 20	БАТОН 25	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60	БАТОН 25	БАТОН 20	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 60	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	СОУС СМЕТАННЫЙ 20
ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" 45	ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/13	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	БАТОН 20	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	БАТОН 20
	ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 20		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 100	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" 45	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100	ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3
			БАТОН 20			БАТОН 25	ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3	БАТОН 25	
			ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3			ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3		ЧАЙ С САХАРОМ 150/11/3	



МЕНЮ

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ	150		5,6	5,6	21,5	159,3
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,5	4,7	10,0	88,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
ЧАЙ С САХАРОМ	150/13		0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			7,2	10,3	42,4	291,3
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50		0,7	1,1	3,5	26,8
МОРКОВЬ	70	52,5	0,7	0,1	3,5	17,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	9,0
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ М/Б	150		1,8	5,5	8,0	88,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	50	32,5	1	0,1	2	12,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ	130		10,5	23,1	23,2	344,9
СВИНИНА МЯСНАЯ	70	59,5	8,2	19,2	0	206,0
КРУПА РИСОВАЯ	30,3	30	2	0,3	21,5	96,9
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	2,6	2,6	0	2	0	18,8

ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
			15,5	30,1	61,9	582,2
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130/20	21,3	16,0	22,6	320,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	95	95	16,6	8,3	2,8	155,8
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	65,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
БАТОН		25	1,5	0,6	10,0	50,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
ЧАЙ С САХАРОМ		150/13	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			22,9	16,6	43,5	415,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,1	57,1	157,7	1 332,0



МЕНЮ

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ		150	5,5	5,6	21,8	160,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 1 СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,3	64,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25/5	1,8	4,8	12,5	100,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
КАКАО С МОЛОКОМ		150	6,0	4,5	6,7	93,7
КАКАО-ПОРОШОК	11	11	2,6	1,6	1,1	30,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
			13,3	14,9	41,0	355,4
II Завтрак						
БАНАН		100	1,5	0,5	20,9	95,4
БАНАН	142	99,4	1,5	0,5	20,9	95,4
			1,5	0,5	20,9	95,4
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С МОРКОВЬЮ		50	1,2	1,0	3,9	29,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	32,31	21	0,7	0	1,4	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОРКОВЬ	50	37,5	0,5	0	2,5	12,7
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		150	6,3	4,4	8,7	102,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	28	28	4,9	0	0	19,4
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	3,96	0,4	0	2,5	12,1
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ		60	12,1	10,3	8,6	176,0
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	9,7	8,3	0	114,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,6	1,6	3,3	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,6	3,6	15,8	105,4
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
			25,3	21,3	67,5	567,2
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ		150	8,9	9,2	7,2	149,6
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	76,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	32,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	50,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"		45	7,0	6,4	46,2	270,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ДРОЖЖИ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150/11/3	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
			17,5	16,2	74,3	515,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,6	52,9	203,7	1 533,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
			18,7	24,6	43,8	474,4
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130/20	20,9	15,1	30,1	343,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	95	95	16,6	8,3	2,8	155,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,44	0,8	0,7	0	9,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
БАТОН		25	1,8	0,7	12,5	63,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
ЧАЙ С САХАРОМ		150/11/3	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
			22,8	15,8	53,5	450,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,8	56,8	147,8	1 324,9

**МЕНЮ**

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ		150	5,6	5,8	22,0	163,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		20	1,5	4,7	10,0	88,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
КАКАО С МОЛОКОМ		150	6,0	4,5	6,7	93,7
КАКАО-ПОРОШОК	11	11	2,6	1,6	1,1	30,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
			13,1	15,0	38,7	345,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ		150	1,4	3,6	9,4	75,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,4	16,4
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНОЙ		150	10,6	25,6	10,0	315,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,4	0,1	3,7	21,7
СВИНИНА МЯСНАЯ	70	59,5	8,2	19,2	0	206,0
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,3	19,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ	150				10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
			14,6	29,6	47,1	515,0
Полдник						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50		0,7	1,1	3,5	26,8
МОРКОВЬ	70	52,5	0,7	0,1	3,5	17,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	9,0
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60		15,8	2,4	8,6	118,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,44	0,8	0,7	0	9,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
РЫБА ПИКША	100	80	13,4	0,4	0	56,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,6	1,6	3,3	32,3
МОРКОВЬ	10	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100		2,6	4,4	15,8	112,7
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН	20		1,5	0,6	10,0	50,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
ЧАЙ С САХАРОМ	150/11/3		0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
			21,3	10,1	52,1	384,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,4	55,1	147,7	1 292,4



МЕНЮ

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	150		5,4	5,5	22,2	160,0
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		1,5	4,7	10,0	88,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
ЧАЙ С САХАРОМ	150/13		0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			7,0	10,2	43,1	292,0
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ И ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	50		0,9	1,0	2,9	24,0
МОРКОВЬ	30	22,5	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30	19,5	0,6	0	1,3	7,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б	150		1,0	3,6	7,8	67,6
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		10,7	25,5	18,8	350,2
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
СВИНИНА МЯСНАЯ	70	59,5	8,2	19,2	0	206,0

КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0	0	0	0,0
			15,1	30,5	56,7	563,6
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ		150	9,8	21,7	7,8	268,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	4	4	0	3,2	0	29,0
СВИНИНА МЯСНАЯ	60	51	7,1	16,5	0	176,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0	0,0
БАТОН		25	1,9	0,7	12,9	65,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		20	1,8	1,4	22,5	109,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,8	1,4	22,5	109,8
			13,6	23,8	54,1	487,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,2	64,6	163,8	1 385,8

**МЕНЮ**

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150		5,8	6,5	20,5	164,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5		1,5	4,7	10,3	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150/13		0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			7,4	11,2	41,7	298,1
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,7	1,1	3,5	26,5
МОРКОВЬ	70	52,5	0,7	0,1	3,5	17,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/Б	150		4,2	3,7	13,7	105,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15	14,93	3,3	0,2	7	43,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ	60		9,6	12,0	2,1	154,8
КУРА (ГРУДКИ)	48,5	48,5	9,2	10,4	0	129,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	5	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
РИС ОТВАРНОЙ		110	2,7	4,4	28,2	163,3
КРУПА РИСОВАЯ	39,7	39,3	2,7	0,4	28,2	127,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
			19,7	21,6	74,7	572,1
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130/20	21,3	16,0	22,6	320,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	95	95	16,6	8,3	2,8	155,8
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	65,6
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	50,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
ЧАЙ С САХАРОМ		150/13	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			22,9	16,6	43,5	415,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,5	49,5	169,8	1 328,7



МЕНЮ

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ		150	4,8	5,5	22,8	160,1
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		20/5	1,5	4,7	10,3	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАКАО С МОЛОКОМ		150	6,0	4,5	6,7	93,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КАКАО-ПОРОШОК	11	11	2,6	1,6	1,1	30,8
			12,3	14,7	39,8	343,6
II Завтрак						
БАНАН		100	1,5	0,5	20,9	95,4
БАНАН	142	99,4	1,5	0,5	20,9	95,4
			1,5	0,5	20,9	95,4
Обед						
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ		50	0,7	1,1	3,6	27,1
МОРКОВЬ	72,33	54,25	0,7	0,1	3,6	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СУП С ФАСОЛЬЮ НА М/Б		150	11,0	4,5	28,8	203,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ФАСОЛЬ	50	50	10,2	1	22,8	144,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР		60	14,9	16,5	3,5	222,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
КУРА (ГРУДКИ)	60	60	11,3	12,8	0	160,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7

СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,6	1,6	3,3	32,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,8	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		100	5,3	3,1	34,2	185,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,3	0,7	34,2	163,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
			35,0	27,2	100,6	792,5
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		50	0,8	1,0	2,1	21,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	58,13	46,5	0,8	0	2,1	12,6
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		60	15,7	2,3	8,9	117,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
РЫБА ПИКША	100	80	13,4	0,4	0	56,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,6	1,6	3,3	32,3
МОРКОВЬ	10	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		100	2,6	3,6	15,8	105,4
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН		25	1,8	0,7	12,5	63,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
ЧАЙ С САХАРОМ		150/11/3	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0	0	0	0,0
			21,6	9,2	53,5	384,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,4	51,6	214,8	1 615,7



МЕНЮ

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ	150		5,3	5,6	21,0	156,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		1,5	4,7	10,3	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150/13		0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			6,9	10,3	42,2	289,9
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50		1,4	0,1	2,9	17,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	70	45,5	1,4	0,1	2,9	17,7
ЩИ НА М/Б	150/5		3,9	5,9	7,7	101,6
ГОВЯДИНА Б/К	15	13,5	2,4	2,1	0	28,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	60		11,9	10,2	8,6	173,8
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	9,7	8,3	0	114,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,6	1,6	3,3	32,3
МОРКОВЬ	10	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		100	2,6	3,6	15,8	105,4
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
			22,9	21,8	65,5	552,6
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		50	1,1	1,8	3,3	35,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
МОРКОВЬ	9,4	7,3	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,4	7,9	0,1	0	0,6	3,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	7,7	7,9	5,0	122,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	50,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"		45	6,9	7,9	43,1	271,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ДРОЖИ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150/11/3	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0	0	0	0,0
			17,3	18,2	72,3	523,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,6	50,4	189,9	1 408,7

**МЕНЮ**

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150		5,5	5,6	21,8	160,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 1 СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,3	64,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/5/21		5,9	10,3	10,0	157,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	21	19,09	4,4	5,6	0	69,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
КАКАО С МОЛОКОМ	150		6,0	4,5	6,7	93,7
КАКАО-ПОРОШОК	11	11	2,6	1,6	1,1	30,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
			17,4	20,4	38,5	412,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП ПЕРЛОВЫЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	150		1,7	5,4	11,7	105,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,1	0,8	0,2	11,2
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150		8,9	21,7	8,9	270,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СВИНИНА МЯСНАЯ	60	51	7,1	16,5	0	176,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,9	46,9	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	45	31,5	0,6	0,1	4,9	23,6
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
			13,1	27,5	47,8	497,1
Полдник						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ		50	0,6	1,0	3,1	24,8
МОРКОВЬ	60	46,5	0,6	0	3,1	15,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	9,0
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	10,7	9,9	4,3	149,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	9,7	8,3	0	114,2
КРУПА РИСОВАЯ	5	4,95	0,3	0	3,6	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,6	0,6	3,3	23,6
МОРКОВЬ	10	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,6	4,4	15,8	112,7
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН		25	1,8	0,7	12,5	63,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
ЧАЙ С САХАРОМ		150/11/3	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0	0	0	0,0
			16,4	16,6	49,9	418,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,3	64,9	146,0	1 374,6

**МЕНЮ**

Ясли от 1-3 года

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	100		5,2	5,7	22,4	162,0
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		1,5	4,7	10,3	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150/13		0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
			6,8	10,4	43,6	295,6
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВКИ	50		0,6	1,0	3,2	25,0
МОРКОВЬ	63,87	47,9	0,6	0	3,2	16,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/30		2,4	5,2	16,1	121,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,2	0,9	14,9	76,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	80		13,5	17,3	3,4	225,2
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
КУРА (ГРУДКИ)	68	68	12,9	14,6	0	182,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0

КАША ГРЕЧНЕВАЯ		100	4,3	3,5	19,2	125,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	35	34,65	4,3	1,1	19,2	103,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,7	76,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
КОМПОТ		150			10,7	42,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
			23,3	27,4	69,1	618,4
Полдник						
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ		150	18,4	8,6	16,0	214,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
РЫБА ПИКША	100	80	13,4	0,4	0	56,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,7	0,4	13,9	65,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5%	4	4	0	3,2	0	29,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,6	1,6	3,3	32,3
МОРКОВЬ	10	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150/11/3	0,1		10,9	43,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0	0	0	0,0
			20,6	10,8	40,5	343,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,2	48,7	163,1	1 300,2