



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	92,40
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,28	6,20	24,92	177,06
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОПТАВСКАЯ	28,28	28	3,12	0,35	18,44	89,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5/7	0,14	0,01	10,04	41,97
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОН	8	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,58	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,66	10,31	41,96	281,03
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,40	0,40	9,92	44,42
ЯБЛОКИ	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,92	44,42
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/10	3,02	3,62	7,81	76,90
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,02	0,12	0,11	0,01	1,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	11,11	10	1,80	1,55	0,00	21,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ		60	10,46	4,55	5,54	104,64

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	57,15	55	8,54	0,32	0,00	36,81
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	9	1,11	1,01	0,06	13,71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,29	4,07	15,27	107,29
КАРТОФЕЛЬ	113,33	85	1,65	0,33	13,44	63,49
МОРКОВЬ	21,25	17	0,21	0,02	1,13	5,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		150	0,10	0,10	18,10	75,00
ЯБЛОКИ	33,33	30	0,12	0,12	2,85	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,27	12,96	61,52	438,33
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	16,93	19,77	24,44	343,39
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	86,32	82	14,47	14,64	0,00	189,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МОРКОВЬ	16,25	13	0,16	0,01	0,87	4,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78
КРУПА РИСОВАЯ	32,32	32	2,17	0,31	22,97	103,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,02	0,00	10,24	41,03
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	6,69	3,82	25,87	164,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	0,37	19,87	94,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,75	0,71	0,64	0,04	8,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	2,32	1,15	0,39	21,76
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,15	0,15	0,13	0,01	1,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			24,64	23,71	66,95	580,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,97	47,38	180,35	1 344,12



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В/С В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,74	6,14	22,41	160,33
КРУПА РИСОВАЯ	22,22	22	1,49	0,21	15,79	71,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,69	41,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,61	2,18	14,03	86,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,73
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,6% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,85	8,90	46,72	299,53
II Завтрак						
СОК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ 1 КЛ	40,41	40	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	4,18	4,23	12,18	103,60
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,54	0,08	4,10	19,67
МОРКОВЬ	7,5	5	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	5	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,48	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ СРУДИК ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	14,74	14	2,47	2,50	0,00	32,32
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	15,50	17,00	17,60	216,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	121	100	17,36	3,59	0,00	123,19
КРУПА РИСОВАЯ	20,3	20,3	1,38	0,19	14,57	66,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	48	40,5	0,55	0,08	3,22	16,11

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,13	1,03	0,06	14,01
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,3	0,28	0,25	0,02	3,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	14,77	72,28
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			22,27	22,05	58,65	462,18

Полдник

РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	8,30	5,33	0,20	81,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	47,6	45,8	7,11	0,26	0,00	30,65
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,38	3,70	15,70	107,00
КАРТОФЕЛЬ	125,47	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,4	17,4	0,49	0,43	0,81	9,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		150	0,12	0,12	10,59	44,64
ЯБЛОКИ	33,33	30	0,12	0,12	2,85	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,79	1,58	32,89	164,80
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			16,59	10,85	65,78	428,44
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,71	41,80	171,15	1 190,15

**МЕНЮ**

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,27	0,47	16,24	73,16
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,32	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,96	1,60	1,60	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,88	0,06	1,65	11,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,26	13,93	1,92	99,21
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,92 шт.	86,2	10,86	9,84	0,60	134,32
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,81	0,70	1,33	14,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,68	0,00	41,86
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	6,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,23	18,40	32,66	280,67
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,40	0,34	10,39	47,24
ГРУША	111,1	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			0,40	0,34	10,39	47,24
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ СРЕДНЕПЛОДНЫЕ	40,41	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	3,09	5,31	5,72	85,79
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,35	0,07	2,84	13,44
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,62	0,03	1,37	8,15
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,06	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,06	0,48
ГОВЯДИНА Б/К	11,11	10	1,60	1,56	0,00	21,16

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,04	15,13	3,51	210,18
ГОВЯДИНА Б/К	88,89	80	14,43	12,42	0,00	169,17
МОРКОВЬ	20,88	16,7	0,21	0,02	1,12	5,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,12	0,02	0,66	3,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5,80	4,78	26,80	174,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,1	50,1	6,12	1,60	27,75	149,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,18	0,05	20,72	82,05
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			25,11	25,39	63,15	583,02

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	11,62	11,60	12,66	204,80
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,12	6,98	0,00	95,16
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,98	0,74	0,67	0,04	9,11
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8,75	7	0,09	0,01	0,47	2,38
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,11	0,01	10,03	42,66
ЛИМОН	12	12	0,11	0,01	0,35	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			16,63	14,73	41,29	374,26
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,37	58,86	147,49	1 285,19

**МЕНЮ**

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	6,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,26	6,05	20,87	154,72
КРУПА МАННАЯ	21	21	2,10	0,20	14,39	67,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,64	3,54	39,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,26
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,66	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	6,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,57	6,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,30	13,35	43,47	323,72
II Завтрак						
СОК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,64	6,12	4,74	76,65
КАРТОФЕЛЬ	38,4	26,6	0,56	0,12	4,55	21,61
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,8	6	0,08	0,01	0,19	1,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,11	5,29	7,63	94,50
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,25
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б.К.	11,11	10	1,80	1,55	0,00	21,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,60	4,00	15,10	114,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,2	40,8	6,33	0,23	0,00	27,31
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,47	0,18	3,19	16,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,27	0,23	0,45	5,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,6	0,56	0,51	0,03	7,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,78	1,64	8,98	62,81
МОРКОВЬ	22,75	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
КАРТОФЕЛЬ	24,27	18,2	0,35	0,07	2,88	13,59
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,34	20,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,08	0,00	9,84	39,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			15,94	17,75	64,92	478,55
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,10	16,10	221,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	135,14	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	2,80	3,60	14,90	94,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			25,70	15,90	45,80	427,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,94	47,00	154,19	1 229,87



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ ВС В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,38	52,40
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"		150	5,16	6,73	25,05	182,09
КРУПА РИСОВАЯ	11,11	11	0,75	0,11	7,90	35,53
ПШЕНО	11,11	11	1,23	0,29	7,51	37,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,38	17,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,61	2,18	14,03	86,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,18	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,27	9,49	49,36	321,29
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			0,40	0,30	10,30	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,60	2,30	1,20	38,50
СВЕКЛА	47,5	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	4,55	4,48	10,50	100,56
КАРТОФЕЛЬ	80	80	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	7,5	8	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	8	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	16,89	17	3,07	2,84	0,00	35,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	1,1	0,14	0,13	0,61	1,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	11,46	10,48	19,55	218,49

ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50	9,02	7,76	0,00	105,73
КАРТОФЕЛЬ	160	120	2,33	0,47	18,97	89,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150	0,51	0,06	15,67	65,79
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7	7	0,35	0,02	3,46	15,75
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	7	7	0,16	0,04	4,47	19,08
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
			18,75	17,52	57,55	472,97
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ 1 КЛ	50,52	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		150	5,30	8,40	28,90	242,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,34	0,51	27,76	133,11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	23	2,83	2,57	0,16	35,03
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,2	24,2	0,68	0,59	1,13	12,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,11	0,00	9,94	40,75
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОН	3,8	3,3	0,03	0,00	0,10	1,09
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	123,4	123,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6,11	3,22	21,16	138,42
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/31 шт.	1,47	0,18	0,16	0,01	2,24
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	16	16	2,79	1,40	0,47	26,23
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/25 шт.	1,84	0,22	0,20	0,01	2,80
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,15	0,15	0,13	0,01	1,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
			11,52	11,62	60,00	421,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,94	38,93	177,21	1 262,43



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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,27	0,47	16,24	73,16
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,48	6,22	41,92
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	4,96	6,51	23,55	173,06
ПШЕНО	26,25	25	2,79	0,68	17,07	65,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,77	2,18	11,25	76,32
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,90
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,99	9,16	51,04	322,54
II Завтрак						
СОК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ СРЕДНЕПЛОДНЫЕ	40,41	40	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	2,16	3,54	16,47	102,57
КАРТОФЕЛЬ	55	41,25	0,81	0,16	6,52	30,81
ГОРОХ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,16	0,45	7,97	40,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	6,40	12,10	5,90	121,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	48	45	6,98	0,28	0,00	30,12
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,66	0,29	4,49	22,87
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/7 шт.	8,58	0,61	0,74	0,05	10,02

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	1,70	0,10	7,80	69,40
МОРКОВЬ	33	26,4	0,33	0,03	1,77	8,96
КАРТОФЕЛЬ	33,07	24,8	0,49	0,10	3,92	18,53
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	18,4	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,6	26,4	0,47	0,03	1,20	7,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		150	0,10	0,10	18,10	75,00
ЯБЛОКИ	33,33	30	0,12	0,12	2,85	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			12,45	16,46	61,37	438,27
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	10,59	11,02	8,95	177,16
ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50	9,02	7,76	0,00	105,73
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,78	0,30	5,34	27,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,32	3,92	15,60	107,40
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
МОРКОВЬ	31,25	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,08	0,00	9,84	39,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
			13,99	15,06	40,79	355,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,43	40,68	153,20	1 116,03



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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	1,60	0,58	10,28	52,40
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В/С В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОФТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,26	6,05	20,87	154,72
ХРУПА МАННАЯ	21	21	2,10	0,20	14,30	67,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,54	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,61	2,18	14,03	86,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,85	38,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,37	8,81	45,18	293,92
II Завтрак						
СОК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ 1 КЛ	40,41	40	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	3,98	4,24	11,83	100,74
КАРТОФЕЛЬ	90	67,5	1,31	0,25	10,97	60,42
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ГРУДИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	14,74	14	2,47	2,50	0,00	32,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		50	10,90	5,95	1,80	116,45
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	61,29	57	9,89	2,05	0,00	70,22
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
КАРТОФЕЛЬ	6,67	5	0,10	0,02	0,60	2,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,75	0,71	0,64	0,04	8,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	3,15	6,80	16,81	147,03
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	28,04	22,43	0,28	0,02	1,50	7,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,46	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,28	1,64	0,38	22,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150	0,51	0,06	22,45	92,88
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7	7	0,35	0,02	3,46	15,75
ВИНОГРАД СУШЕННЫЙ (ИЗЮМ)	7	7	0,16	0,04	4,47	19,08
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			21,74	17,85	73,59	560,50

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,20	7,30	12,90	177,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,76	0,34	0,31	0,02	4,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,11	6,39
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,77	6,98	29,94	197,27
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,15	0,15	0,13	0,01	1,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖОЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			23,17	17,48	57,64	486,47
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,28	44,14	176,41	1 340,89



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,55	8,83	10,36	127,20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБЕГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1,20	2,10	2,40	32,40
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	68,5	30	1,18	0,08	2,47	15,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,56
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,4	0,01	0,00	0,03	0,20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,36	14,00	1,94	93,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,62 шт.	88,3	10,87	9,85	0,60	134,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,7	28,7	0,81	0,70	1,34	15,04
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,65	0,00	41,86
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,65	3,02	12,13	91,44
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,78	27,95	25,83	344,79
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,40	0,34	10,39	47,24
ГРУША	111,1	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			0,40	0,34	10,39	47,24
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		40	0,34	0,04	3,15	33,00
МОРКОВЬ	26,5	21,2	0,27	0,02	1,42	7,20
ЯБЛОКИ	20	17,8	0,07	0,07	1,72	8,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,35	5,43	10,21	105,83
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,34	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,16	0,02	0,33	2,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,81	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА БК	11,11	10	1,80	1,55	0,00	21,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,95

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	9,81	10,16	9,83	169,82
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	46,32	44	7,77	7,86	0,00	101,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,80	4,10	11,40	89,00
СВЕКЛА	150	120	1,75	0,12	10,24	48,89
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150	0,51	0,06	15,67	65,79
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	7	7	0,16	0,04	4,47	19,08
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7	7	0,35	0,02	3,46	15,75
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			17,91	20,41	64,36	533,74

Полдник

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,45	2,25	0,15	31,50
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	23	2,83	2,57	0,16	35,03
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	1,70	0,10	7,80	69,40
МОРКОВЬ	33	26,4	0,33	0,03	1,77	8,96
КАРТОФЕЛЬ	33,07	24,8	0,49	0,10	3,92	18,53
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,4	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,6	26,4	0,47	0,03	1,20	7,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,16	0,05	20,68	81,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			8,81	5,10	43,73	290,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,88	53,80	145,31	1 215,97

**МЕНЮ**

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,27	0,47	16,24	73,16
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	4,88	7,25	19,81	164,39
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22	22	2,63	1,32	13,16	76,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,36	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,95	10,12	48,75	321,55
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,11	5,29	7,93	94,50
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	8,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,23	0,05	1,90	8,66
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,48	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	11,11	10	1,80	1,55	0,00	21,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		60	11,00	0,40	0,00	139,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	79,2	70,6	11,92	0,45	0,00	51,40

МОРКОВЬ	3	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,60	4,00	17,10	117,00
КАРТОФЕЛЬ	136,8	102,6	1,99	0,40	16,22	76,63
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,11	0,00	9,94	40,75
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОН	3,8	3,3	0,03	0,00	0,10	1,09
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	123,4	123,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,13	8,50	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			19,52	10,32	51,87	476,75

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,52	13,30	12,19	225,68
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА Б/К	62,22	56	10,11	8,69	0,00	118,42
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,98	0,74	0,67	0,04	9,11
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		150	0,12	0,09	12,68	52,38
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3,52	5,16	17,34	129,91
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,14	0,26	13,90	66,42
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,3	0,28	0,25	0,02	3,50
ДРОЖКИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,58	0,32	0,29	0,02	3,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,15	0,15	0,13	0,01	1,76
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50

ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			20,96	21,17	53,11	495,47
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,93	42,11	174,73	1 389,77



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,06	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,74	6,14	22,41	160,33
КРУПА РИСОВАЯ	22,22	22	1,49	0,21	16,70	71,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	78	2,22	1,98	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	26,28
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,08	0,00	9,84	39,66
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,88	38,70
			7,06	10,24	39,25	261,99
II Завтрак						
СОК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,55	2,44	3,24	37,06
СВЕКЛА	47,5	38	0,56	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,36	5,43	10,25	106,18
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	8	0,08	0,01	0,48	2,39
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,16	0,02	0,33	2,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА БЛК	11,11	10	1,60	1,55	0,00	21,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	2,53	2,6	0,22	0,03	1,52	7,64
БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ ПТИЦЫ		60	9,81	10,16	9,83	169,82
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕЦА ЗАМОРОЖЕННОЕ	46,32	44	7,77	7,06	0,00	101,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	3,20	2,70	15,50	97,40
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,34	0,51	27,76	133,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		150	0,12	0,09	10,74	44,64
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,70	51,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			19,84	21,52	67,96	546,10

Полдник

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ СРЕДНЕПЛОДНЫЕ	40,41	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	14,11	13,27	13,23	228,79
ГОВЯДИНА Б/К	76,67	69	12,45	10,71	0,00	145,91
КАРТОФЕЛЬ	106,67	80	1,55	0,31	12,65	59,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150	0,76	0,05	15,16	64,72
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	2,80	3,60	14,90	94,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			18,67	17,04	49,69	418,91
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,57	48,80	156,90	1 227,00