



МЕНЮ

Сад 10 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 СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205		7,20	8,30	35,00	262,40
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	40	40	4,46	0,50	26,35	127,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,85	2,45	4,71	53,06
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	11,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,56	12,40	50,52	360,40
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,80	66,30
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	170,6	150	0,60	0,60	14,70	70,50
			0,60	0,60	14,80	66,30
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ,КОРНИШОНЫ,ЗЕЛЕНЦЫ)	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10		4,71	5,05	8,05	96,48
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	41,6	31,2	0,60	0,12	4,94	23,30
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,88	6,3	0,08	0,01	0,42	2,14
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	117,4	117,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,6	4,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	22,8	19,3	3,48	3,00	0,00	40,81
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		80	6,10	6,40	3,30	142,00
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	71,7	69	10,71	0,40	0,00	46,18
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	20,5	20,5	0,57	0,49	0,95	10,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,1	4,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.25 шт.	10,063	1,24	1,13	0,07	15,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	3,00	4,80	19,50	134,30
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	138,67	104	2,02	0,41	16,44	77,68
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	40	32	0,41	0,03	2,14	10,86
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,12	0,12	23,60	96,84
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	25,6	22,6	0,09	0,09	2,14	10,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
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 ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			17,51	17,17	76,23	579,52
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,40	9,80	99,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		60	7,87	4,43	31,05	195,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,16	35,16	3,69	0,45	23,84	113,91
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,92	1,92	0,20	0,02	1,30	6,22
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	5,04	5,04	0,00	0,00	4,88	19,51
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,14 шт.	5,635	0,70	0,63	0,04	8,58

МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	10,32	10,32	0,29	0,25	0,49	5,40
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	15,92	15,92	2,78	1,39	0,47	26,09
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,36	0,36	0,05	0,01	0,01	0,27
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,036	0,036	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.03 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			13,87	8,83	40,85	294,76
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,54	39,00	182,40	1 300,98



МЕНЮ

Сад 10 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		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		5,07	8,10	27,90	205,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	29,7	29,7	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,66	17,80	51,50	351,00
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ПЕРСИК	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,50	0,13	1,90	12,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1		4,20	5,20	6,60	121,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	89,33	67	1,30	0,26	10,59	50,04
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ.СОРТ	6,7	6,7	0,72	0,09	4,58	21,97
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,38	6,7	0,09	0,01	0,45	2,28
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	117	117	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	14,7	14	2,47	2,50	0,00	32,32
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		200	19,30	21,00	22,00	355,00
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	136,3	126,5	21,96	4,54	0,00	155,84
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	25,8	25,5	1,74	0,25	18,30	82,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	60,3	50,5	0,69	0,10	4,02	20,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5,5	5,5	0,03	4,40	0,04	39,91
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,3 шт.	12,075	1,48	1,35	0,08	18,39
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,60	0,24	22,00	93,00
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУШЕНЫЕ	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	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 ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			26,70	27,19	66,60	651,30
Полдник						
КЕФИР		200	5,80	5,00	8,00	106,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		70	6,75	2,18	39,29	203,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	53,9	53,9	5,65	0,68	36,55	174,63
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	28	28	0,79	0,68	1,30	14,67
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
			12,55	7,18	47,29	309,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,91	52,17	165,39	1 311,89



МЕНЮ

Сад 10 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		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,50	2,70	3,00	40,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый , ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		15,40	21,00	2,90	149,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	2,86 шт.	115,115	14,18	12,84	0,79	175,31
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	43	43	1,21	1,05	2,00	22,52
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7	7	0,00	6,78	0,00	61,04
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ В СВОЕМ СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНЫЙ КОФЕ)	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР БЕЛый КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 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
			21,10	28,20	34,40	341,50
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,53	0,53	21,00	96,00
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛАСС	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,53	0,53	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ, СРЕДНЕПЛОДНЫЕ, ДЛИНН ОПЛОДНЫЕ)	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/5		5,50	8,20	7,40	115,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	26,8	20,1	0,39	0,08	3,18	15,02

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	42	33,6	0,58	0,03	1,53	9,13
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	10,5	8,4	0,11	0,01	0,56	2,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	8	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,5	1,5	0,05	0,00	0,17	0,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70		24,29	24,03	4,91	332,91
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	154	129,98	23,45	20,18	0,00	274,86
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	29,13	23,3	0,29	0,02	1,56	7,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	14	11,76	0,16	0,02	0,93	4,68
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,7	4,7	0,02	3,76	0,04	34,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		7,20	5,90	33,00	248,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА 1 СОРТ	60	60	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15		0,09	0,04	8,20	34,10
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
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 ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			39,58	38,79	68,91	807,31
Полдник						
РЯЖЕНКА	200		5,80	5,00	8,40	108,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,80	5,00	8,40	108,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60		4,48	8,38	35,82	236,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,03	2,03	0,21	0,03	1,38	6,58
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,92	1,92	0,00	0,00	1,86	7,43
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,91	8,91	0,04	7,13	0,07	64,65
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,03 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			10,28	13,38	44,22	344,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,49	80,90	168,53	1 589,03



МЕНЮ

Сад 10 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 СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		6,08	8,20	27,40	208,00
МАННАЯ КРУПА ,МАРКА М	30,7	30,7	3,07	0,30	21,02	97,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67	67	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	101	101	2,84	2,45	4,70	52,90
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,12	15,50	50,00	377,00
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ЯБЛОКО	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50		0,80	7,60	6,00	96,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	49,33	37	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ СВЕЖИЙ	9,5	7,5	0,10	0,01	0,23	1,46
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,60	8,30	10,30	141,00
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	33,75	27	0,40	0,03	2,31	11,00
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	16,8	13,4	0,23	0,01	0,61	3,64
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	17,87	13,4	0,26	0,05	2,11	10,01

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	10,55	8,44	0,11	0,01	0,56	2,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5	0,17	0,00	0,57	3,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80		10,10	5,30	20,10	165,00
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	56,5	54,4	8,44	0,32	0,00	36,41
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	8,5	8,5	0,62	0,24	4,24	21,60
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,36	0,31	0,59	6,70
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,34	0,29	0,56	6,33
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150		2,50	2,00	9,80	67,00
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	69	55,2	0,70	0,06	3,70	18,74
РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ	30,8	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,40	0,05	2,58	12,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,2	36,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,4	12,4	0,31	1,80	0,42	24,77
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	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 БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
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	25		1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			22,58	24,15	78,10	620,00
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	40		3,04	4,00	34,70	146,00
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80

МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	135	100	0,80	0,20	7,50	38,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,90	4,00	9,80	99,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	210	210	5,91	5,09	9,78	110,00
			9,74	8,20	52,00	283,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,44	47,85	180,10	1 280,00



МЕНЮ

Сад 10 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	40		4,52	9,20	13,30	92,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	16	15	3,48	4,43	0,00	54,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200		3,50	3,30	24,70	173,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	10	10	0,68	0,10	7,18	32,30
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	1,12	0,26	6,83	34,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	15,30	51,60	342,00
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	167	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,80	2,90	1,50	45,60
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20		5,60	5,31	11,87	117,98
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	88,13	66,1	1,28	0,25	10,45	49,37
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,25	6,6	0,09	0,01	0,45	2,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,9	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,5	21,3	3,84	3,31	0,00	45,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	2,2	1,8	0,03	0,00	0,15	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200		8,40	12,00	13,30	269,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	90	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	255,6	191,7	3,72	0,75	30,31	143,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	16,7	13,3	0,18	0,03	1,06	5,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,33	3,33	0,43	0,00	1,99	9,65
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ	50		1,00	2,00	3,00	37,30
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,32	1,82	0,43	24,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,75	3,75	0,40	0,05	2,54	12,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,36	0,00	7,00	102,00
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ. АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ (КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ ВЫСШИЙ СОРТ	18,9	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
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	25		1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			19,74	23,16	60,17	688,88
Полдник						
КЕФИР	200		5,80	5,00	8,00	106,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60		7,26	4,62	25,82	174,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	30	30	3,14	0,38	20,34	97,19
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,62	1,62	0,00	0,00	1,57	6,27
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,37	1,37	0,01	1,10	0,01	9,94
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/25 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,26	0,26	0,03	0,01	0,01	0,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,43	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00

ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	19	18,9	3,30	1,65	0,55	30,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,94	0,94	0,10	0,01	0,64	3,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	0,94	0,94	0,00	0,76	0,01	6,82
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/20 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2,14	2,14	0,00	0,00	2,08	8,28
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,86	0,86	0,09	0,01	0,58	2,78
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/33 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,17	0,17	0,00	0,16	0,00	1,48
			13,06	9,62	33,82	280,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,62	48,58	161,09	1 381,72



МЕНЮ

Сад 10 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		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,26	6,06	25,55	178,41
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	38,8	38,8	4,33	1,02	26,50	132,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ В СВОЕМ СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНЫЙ КОФЕ)	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 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
			9,46	10,56	54,05	330,41
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ПЕРСИК	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ,СРЕДНЕПЛОДНЫЕ,ДЛИНН ОПЛОДНЫЕ)	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/15		3,60	4,50	20,00	164,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	53,33	40	0,78	0,16	6,32	29,88
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ, 1 СОРТ	16,2	16	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	28,5	24	1,75	0,68	11,97	60,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	8,50	16,10	7,90	161,30
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	64	60	9,31	0,35	0,00	40,16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	12	12	0,87	0,34	5,98	30,50
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	2,94	4,94	12,10	107,50
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	35,75	28,6	0,36	0,03	1,91	9,71
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	36	27	0,52	0,11	4,27	20,17
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ	19,93	13	0,39	0,03	0,82	5,04
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	36,4	28,6	0,49	0,03	1,30	7,77
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	21,5	21,5	0,60	0,52	1,00	11,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,5	21,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		180	0,12	0,12	22,70	105,40
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	30,6	27	0,11	0,11	2,57	12,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ ВЫСШИЙ СОРТ	7,2	7,2	0,01	0,00	5,46	21,86
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4	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		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			19,14	26,61	87,50	662,20
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,80	5,00	43,20	185,00
ПЕЧЕНЬЕ	50	50	3,75	4,90	37,20	208,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	11,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОТРИМЕНТЕ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			7,42	8,13	57,35	291,63
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,02	45,30	198,90	1 284,24



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,50	2,70	3,00	40,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ ,ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		15,40	21,00	2,90	149,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	2,86 шт.	115,115	14,18	12,84	0,79	175,31
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	43	43	1,21	1,05	2,00	22,52
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7	7	0,00	6,78	0,00	61,04
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,94	31,00	28,50	358,50
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	167	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,43	0,05	3,94	41,30
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	33,75	27	0,34	0,03	1,80	9,17
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	25	22	0,09	0,09	2,10	10,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,50	4,50	4,00	159,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	67,6	50,7	0,98	0,19	8,01	37,87

КРУПА ЯЧМЕННАЯ ПЕРЛОВАЯ №1	3,4	3,3	0,30	0,04	2,14	10,09
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,5	6,8	0,09	0,01	0,46	2,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	4	3,3	0,05	0,01	0,26	1,31
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ,КОРНИШОНЫ,ЗЕЛЕНЦЫ)	10,1	10,1	0,08	0,01	0,16	1,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,4	127,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70		13,10	2,75	10,90	120,20
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	55,3	51,8	9,15	9,24	0,00	119,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	12,6	12,6	0,92	0,36	6,29	32,02
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,51	0,45	0,84	9,54
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,2	4,2	0,00	4,07	0,00	36,63
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,23	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150		2,40	5,60	15,60	121,80
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	204,38	163,5	2,38	0,16	13,96	66,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	6,8	6,8	0,03	5,44	0,05	49,33
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180		0,40	0,00	7,00	102,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ "ИЗЮМ" ВЫСШИЙ СОРТ	18	18	0,40	0,09	11,48	49,06
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		0,90	0,20	8,50	40,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			24,23	13,70	60,24	637,50
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		6,00	4,40	9,80	99,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	210	210	5,91	5,09	9,78	110,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65		8,49	4,83	33,68	212,46
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,1	38,1	3,99	0,49	25,83	123,43
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.15 шт.	6,038	0,75	0,67	0,04	9,20
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	11,2	11,2	0,31	0,27	0,52	5,87
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	17,2	17,2	3,01	1,50	0,50	28,20
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,4	0,4	0,05	0,01	0,01	0,30
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00

ВАНИЛИН	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.03 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
			14,49	9,23	43,48	311,46
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,26	54,43	147,72	1 377,96



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		6,08	8,20	27,40	208,00
МАННАЯ КРУПА ,МАРКА М	30,7	30,7	3,07	0,30	21,02	97,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67	67	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	101	101	2,84	2,45	4,70	52,90
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,67	17,90	51,00	354,00
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	180		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ АБРИКОС	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,38	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ,СРЕДНЕПЛОДНЫЕ,ДЛИНН ОПЛОДНЫЕ)	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5		6,00	4,40	16,00	159,90
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	93,6	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,75	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	14,3	14	2,47	2,50	0,00	32,32

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80		17,92	7,84	7,20	172,80
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	108,8	89,6	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	13,38	10,7	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	10,67	8	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150		2,40	6,90	13,40	125,10
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	64	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	20,25	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,29	1,69	0,40	23,18
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180		0,00	0,00	18,00	68,40
КИСЕЛЬ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИННО- МИНЕРАЛЬНЫМИ КОМПЛЕКСАМИ БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ И ИСКУССТВЕННЫХ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК	22	22	0,00	0,00	16,98	67,95
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	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 ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			29,90	19,94	76,80	636,60
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	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 БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	135	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	125		3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОТРИМЕНТЕ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
ПРЯНИКИ	60		3,54	2,82	45,00	219,60
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ ГЛАЗИРОВАННЫЕ, БЕЗ НАЧИНКИ В АССОРТИМЕНТЕ	60	60	3,54	2,82	45,00	219,60

	7,84	6,15	66,53	362,23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	50,41	43,99	194,33	1 352,83



МЕНЮ

Сад 10 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		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205		6,70	9,70	24,40	211,00
ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ В СВОЕМ СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНЫЙ КОФЕ)	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 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
			10,90	14,20	52,90	363,00
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,53	0,53	21,00	96,00
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛАСС	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,53	0,53	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		4,34	6,52	8,86	114,31
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	33,75	27	0,40	0,03	2,31	11,00
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	16,8	13,4	0,23	0,01	0,61	3,64
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	17,87	13,4	0,26	0,05	2,11	10,01
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	10,55	8,44	0,11	0,01	0,56	2,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67

ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80		15,73	0,59	0,46	69,82
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	104,75	100,8	15,65	0,58	0,00	67,46
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	4	3,2	0,04	0,00	0,21	1,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	4,8	3,2	0,04	0,01	0,25	1,27
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,20	5,00	21,30	147,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	170,67	128	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	11,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	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 ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			27,27	13,91	62,12	491,83
Полдник						
РЯЖЕНКА	200		5,80	5,00	8,40	108,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,80	5,00	8,40	108,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65		5,23	5,71	26,99	180,36
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	26,6	26,6	2,78	0,34	18,03	86,17
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,9	1,9	0,00	0,00	1,84	7,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,1	7,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,83	0,10	5,42	25,92

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	44	35,1	0,61	0,04	1,60	9,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,1	2,1	0,00	2,04	0,00	18,31
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,03 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
			11,03	10,71	35,39	288,36
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,73	39,35	171,41	1 239,19



МЕНЮ

Сад 10 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	40		4,32	5,50	9,30	82,70
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		5,07	8,10	27,90	225,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	29,7	29,7	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	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 БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			9,39	13,60	45,60	341,70
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ПЕРСИК	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,80	2,90	4,00	45,60
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,70	7,50	13,10	154,20
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	80	60	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)	13,4	12	0,10	0,01	0,19	1,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00

МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70		10,40	4,00	9,30	135,30
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	50	49	8,65	8,75	0,00	113,12
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,31 шт.	12,478	1,53	1,39	0,09	19,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7	0,42	0,36	0,69	7,70
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4,00	3,40	19,40	121,80
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ. СОРТ	50,8	50,8	5,42	0,64	34,74	166,55
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180		0,12	0,12	21,72	88,20
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	40,9	36	0,14	0,11	3,60	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	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	25		1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			23,90	18,79	86,82	642,10
Полдник						
КЕФИР	200		5,80	5,00	8,00	106,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70		5,72	4,54	40,20	224,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	49,78	49,78	5,22	0,63	33,76	161,28
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,07	2,07	0,21	0,03	1,41	6,70
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	5,18	5,18	0,00	0,00	5,01	20,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,55	1,55	0,01	1,24	0,01	11,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,07	2,07	0,00	2,01	0,00	18,05
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,05 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,78	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,84	21,84	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,42	0,42	0,00	0,41	0,00	3,67
			11,52	9,54	48,20	330,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,81	41,93	180,62	1 314,01