

МБДОУ «Детский сад №11



комбинированного вида»

Приказ №44 от 30.08.2024 г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША рисовая молочная с/с 200 -150 *	150		3,56	4,74	18,59	131,75
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,9	1,01	0,15	10,70	48,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	150		1,65	1,27	9,19	55,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52,5	52,5	1,47	1,27	2,44	27,50
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,26	10,16	27,83	224,44
II Завтрак						
КОМПОТ из ягод с/с 180 - 150	150		0,00	0,00	5,62	22,45
ЯГОДЫ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ 20 - 30 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	5,62	22,45
Обед						
ЩИ на свинине с квашенной капустой и фасолью 250 - 200 *	200/8		4,54	7,45	10,98	130,46
СВИНИНА МЯСНАЯ	12,1	10,3	1,43	3,33	0,00	35,67
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
ФАСОЛЬ	8,1	8,1	1,65	0,16	3,70	23,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	24,2	24,2	0,43	0,02	0,71	5,40
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08

ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	201,9	201,9	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОК мясной (гов.+свин.) 70-		60	8,41	13,61	0,79	159,27
ГОВЯДИНА Б/К	27,4	24,7	4,45	3,83	0,00	52,23
СВИНИНА МЯСНАЯ	27,4	23,3	3,23	7,53	0,00	80,68
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	12,9	12,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,4	0,42	0,38	0,02	5,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,1	4,3	0,06	0,01	0,34	1,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80		80	3,43	2,97	21,91	128,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,41	0,41	21,88	104,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	1,49	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		150	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,75	25,76	40,98	464,18
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ФРИКАДЕЛЬКИ (свинина + индейка) в соусе 60 - 50 *		50/10	9,69	14,82	1,45	178,18
СВИНИНА МЯСНАЯ	30	25,5	3,54	8,24	0,00	88,31
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	30	30	5,67	6,40	0,00	80,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8	0,08	0,01	0,47	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,17	0,16	0,01	2,13
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,4	3,4	0,16	0,00	0,63	3,37
МОРКОВЬ	6,38	5,1	0,07	0,01	0,34	1,74
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80		80	1,71	2,48	11,65	75,98
КАРТОФЕЛЬ	93,33	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,20	0,03	0,64	3,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,67	26,4	0,20	0,03	0,64	3,59
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,02	17,67	28,75	324,76
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,03	53,59	103,18	1 035,83



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША гречневая с молоком с/с 200 - 150 *	150		4,37	5,07	16,14	128,13
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,9	1,82	0,48	8,25	44,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 200 - 150 *	150		2,12	1,72	8,77	59,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,54	10,94	24,96	225,32
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
ПЕЧЕНЬЕ домашнее 1/50 *	50		5,00	8,56	33,49	230,95
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
РАЗРЫХЛИТЕЛЬ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КОРИЦА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,38	11,47	38,15	292,64
Обед						
СУП картофельный с вермишелью (кура) 250 - 200 *	200		3,32	5,09	9,05	95,27
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,5	2,03	2,06	0,00	26,55
КАРТОФЕЛЬ	44,8	33,6	0,65	0,13	5,32	25,09
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,43	0,05	2,74	13,11
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА под маринадом 100 - 80		80	7,46	1,79	4,13	62,89
РЫБА ПИКША	64	41,6	6,95	0,20	0,00	29,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МОРКОВЬ	22,5	18	0,22	0,02	1,20	6,11
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,18	0,00	0,74	3,96
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80		80	1,71	2,48	11,65	75,98
КАРТОФЕЛЬ	93,33	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,16	0,02	0,49	2,72
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,2	20	0,16	0,02	0,49	2,72
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		150	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,65	9,38	31,13	260,08
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
СЫРНИКИ творожные 100 - 80 *		80	3,43	5,23	19,39	137,94
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ *	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,24 шт.	9,7	1,19	1,09	0,07	14,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,68	0,20	10,84	51,84
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0,00	0,00	4,65	18,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
КРУПА МАННАЯ	5,6	5,6	0,56	0,06	3,83	17,87
ПОВИДЛО *		15	0,06	0,00	9,60	38,64
ПОВИДЛО	15	15	0,06	0,00	9,60	38,64
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,91	5,57	44,00	243,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,48	37,36	138,24	1 021,63



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ячневая молочная с/с 200 - 150 *	150		4,00	4,77	17,34	128,86
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15	14,9	1,45	0,18	9,45	45,24
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	150		1,65	1,27	9,19	55,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52,5	52,5	1,47	1,27	2,44	27,50
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (порциями) 1/15 *	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	12	2,70	3,43	0,00	42,37
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,40	13,62	26,58	263,92
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
СУШКА 10-20	10		1,06	0,13	6,67	32,11
СУШКИ ПРОСТЫЕ	10	10	1,06	0,13	6,67	32,11
			4,44	3,04	11,33	93,80
Обед						
СУП гороховый на свинине 250 - 200 *	200		5,82	5,24	13,72	125,43
СВИНИНА МЯСНАЯ	12	10,2	1,42	3,30	0,00	35,32
КАРТОФЕЛЬ	44,8	33,6	0,65	0,13	5,32	25,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	15,9	3,55	0,24	7,42	46,11
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15

КОТЛЕТА мясная (свин. + инд) 80-70 *	70	11,53	20,22	0,93	232,02
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	35	35	6,63	7,47	93,70
СВИНИНА МЯСНАЯ	35	29,8	4,13	9,62	103,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	13,1	13,1	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,25	0,21	4,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,5	0,43	0,39	5,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,08	0,01	2,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,6	2,6	0,00	2,52	22,67
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,15
КАША гречневая рассыпчатая 100 - 80 *	80	4,08	2,99	18,46	116,89
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	33,6	33,3	4,07	1,07	99,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	17,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00
ИКРА кабачковая 30 - 20 *	20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00
		21,80	30,18	40,22	519,88
Полдник					
ФРУКТЫ свежие в ассорт *	100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	40,12
СУФЛЕ печеночное 100 - 80 *	80	13,86	4,98	1,30	121,53
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	80	74,4	12,92	2,67	91,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,40	0,36	4,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	8,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	13,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,09	0,01	2,67
СОУС сметанный 40 - 30 *	30	0,27	1,66	0,95	19,84
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6	6	0,15	0,87	9,31
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	3,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00
ИКРА морковная 40 - 30 *	30	0,65	1,49	3,48	30,58
МОРКОВЬ	29,5	23,6	0,30	0,02	8,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	1,99
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,28	0,00	5,94
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	1,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	13,09
ЧАЙ с/с 180 - 150 *	150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *	20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00
		15,20	8,47	20,74	238,96
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		49,84	55,31	98,87	1 116,56

**МЕНЮ****2. Ясли 12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША геркулесовая молочная с/с 200 - 150 *	150		4,34	5,49	16,88	134,84
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 200 - 150 *	150		2,12	1,72	8,77	59,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,51	11,36	25,70	232,03
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
КРЕКЕР 10 - 20 *	10		0,00	0,00	0,00	0,00
КРЕКЕР	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,38	2,91	4,66	61,69
Обед						
БОРЩ на говядине с картофелем и капустой 250--200	200/8		3,84	5,18	9,96	102,16
ГОВЯДИНА Б/К	12,1	10,9	1,97	1,69	0,00	23,05
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,3	29,1	0,50	0,03	1,33	7,91
СВЕКЛА	30,25	24,2	0,35	0,02	2,07	9,86
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	201,9	201,9	0,00	0,00	0,00	0,00

ПЛОВ (свинина) 160 - 120 *		120	9,59	20,25	25,22	321,67
СВИНИНА МЯСНАЯ	60	51	7,07	16,47	0,00	176,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
КРУПА РИСОВАЯ	33,8	33,4	2,27	0,32	23,98	107,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,11	0,02	0,60	3,03
МОРКОВЬ	11,25	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,20	0,03	0,64	3,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,67	26,4	0,20	0,03	0,64	3,59
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,63	25,46	41,44	449,87
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ОМЛЕТ натуральный 100 - 80 *		80	10,20	14,27	4,19	186,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4	7,93	7,19	0,44	98,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК зеленый отварной 20 - 30 *		20	0,60	0,04	1,26	7,76
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,8	20	0,60	0,04	1,26	7,76
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	14,65	20,46	261,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,74	54,38	92,26	1 004,80

**МЕНЮ****2. Ясли 12 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША пшеничная молочная с/с 200 -150 *	150		4,21	4,98	18,07	134,50
ПШЕНО	15	14,9	1,66	0,39	10,18	50,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	150		1,65	1,27	9,19	55,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52,5	52,5	1,47	1,27	2,44	27,50
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,91	10,40	27,31	227,19
II Завтрак						
МОЛОКО кипяченое 150 - 120 *	120		3,66	3,18	6,06	67,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126,6	126	3,54	3,06	5,87	66,00
ПЕЧЕНЬЕ 20 - 30 *	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			5,16	5,14	20,94	151,20
Обед						
СУП - рассольник на свинине 250 - 200 *	200/8		3,20	6,86	10,73	118,19
СВИНИНА МЯСНАЯ	12,1	10,3	1,43	3,33	0,00	35,67
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,7	5,6	0,50	0,06	3,64	17,11
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	32,3	32,3	0,25	0,03	0,53	4,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
БЕФСТРОГАНОВ из отварного мяса 70 - 60 *	60		7,84	18,58	2,45	208,47

СВИНИНА МЯСНАЯ	60	51	7,07	16,47	0,00	176,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,1	17,1	0,49	0,42	0,80	8,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,14	0,02	0,88	4,21
МОРКОВЬ	8	6,4	0,08	0,01	0,43	2,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,1	4,3	0,06	0,01	0,34	1,71
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80		80	3,43	2,97	21,91	128,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,41	0,41	21,88	104,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,16	0,02	0,49	2,72
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,2	20	0,16	0,02	0,49	2,72
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		150	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,63	28,43	41,39	480,74
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
РАГУ овощное с мясом (индейка) 180 - 150 *		150	12,77	14,93	15,61	248,65
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	54,2	54,2	10,25	11,56	0,00	145,10
КАРТОФЕЛЬ	104,93	78,7	1,52	0,30	12,45	58,78
МОРКОВЬ	14,13	11,3	0,15	0,01	0,76	3,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	11,3	7,3	0,22	0,01	0,46	2,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ЧЕСНОК	0,2	0,2	0,01	0,00	0,06	0,29
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,19	15,27	30,62	315,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,89	59,24	120,26	1 174,79



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША гречневая с молоком с/с 200 - 150 *	150		4,37	5,07	16,14	128,13
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,9	1,82	0,48	8,25	44,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	150		1,60	1,27	7,73	49,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (порциями) 1/15 *	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	12	2,70	3,43	0,00	42,37
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,72	13,92	23,92	257,33
II Завтрак						
КОМПОТ из ягод с/с 180 - 150	150		0,00	0,00	5,62	22,45
ЯГОДЫ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ 20 - 30 *	20		1,18	0,94	15,00	73,20
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
			1,18	0,94	20,62	95,65
Обед						
СУП рыбный 250 - 200 *	200		3,03	2,78	11,74	84,32
РЫБА ПИКША	12	7,8	1,30	0,04	0,00	5,52
КАРТОФЕЛЬ	52,27	39,2	0,76	0,16	6,20	29,27
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6,4	6,3	0,57	0,07	4,08	19,25
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,4	6,4	0,16	0,93	0,21	9,93
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,4	0,01	0,00	0,03	0,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00

ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
КОТЛЕТА рыбная 80 - 65 *		65	9,88	2,33	3,78	75,53
РЫБА ПИКША	81,3	52,8	8,81	0,25	0,00	37,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9	0,36	0,32	0,02	4,41
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,18	0,16	0,30	3,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	10,6	10,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	6,13	4,9	0,06	0,00	0,33	1,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,9	4,1	0,06	0,01	0,33	1,63
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
КРУПА МАННАЯ	4,1	4,1	0,41	0,04	2,80	13,09
КАПУСТА тушеная 150 - 100 *		100	1,55	2,40	4,43	46,38
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,40	0,08	3,65	21,73
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,5	0,06	0,01	0,36	1,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,3	1,3	0,00	1,26	0,00	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,3	13,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,1	0,1	0,00	0,00	0,01	0,05
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,46	7,51	25,57	228,68
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
МЯСО (индейка) тушеное 70 - 50		50	10,53	14,54	1,56	179,25
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	53,6	53,6	10,14	11,44	0,00	143,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,6	28,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,1	2,1	0,00	2,04	0,00	18,31
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	7,1	7,1	0,17	1,04	0,24	11,02
РИС отварной 130 - 100 *		100	2,24	2,80	23,49	128,11
КРУПА РИСОВАЯ	33,1	32,7	2,22	0,32	23,47	105,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,1	3,1	0,02	2,48	0,02	22,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,4	115,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,20	0,03	0,64	3,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,67	26,4	0,20	0,03	0,64	3,59
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,39	17,71	39,83	374,48
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,75	40,08	109,94	956,14



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША пшеничная молочная с/с 200 - 150 *	150		4,21	4,77	17,71	131,17
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	15	14,9	1,66	0,18	9,82	47,55
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 180 - 150 *	150		1,35	1,01	8,50	48,76
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,61	9,93	26,26	217,43
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
СУШКА 10-20	10		1,06	0,13	6,67	32,11
СУШКИ ПРОСТЫЕ	10	10	1,06	0,13	6,67	32,11
			4,44	3,04	11,33	93,80
Обед						
ЩИ на свинине с квашенной капустой и фасолью 250 - 200 *	200/10		4,54	7,45	10,98	130,46
СВИНИНА МЯСНАЯ	12,1	10,3	1,43	3,33	0,00	35,67
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
ФАСОЛЬ	8,1	8,1	1,65	0,16	3,70	23,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	24,2	24,2	0,43	0,02	0,71	5,40
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	201,9	201,9	0,00	0,00	0,00	0,00

КОТЛЕТА из индейки 75 - 65 *	65	12,31	15,61	3,73	204,69
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	60,7	60,7	11,48	12,95	162,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	12,2	12,2	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,1	8,1	0,22	0,19	4,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,10	0,09	1,22
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,1	6,8	0,10	0,01	2,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	20,93
КРУПА МАННАЯ	4,1	4,1	0,41	0,04	13,09
КАРТОФЕЛЬ запеченный из отварного 120 - 100 *	100	1,56	1,99	12,67	74,99
КАРТОФЕЛЬ	106,67	80	1,55	0,31	59,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	15,24
ИКРА кабачковая 30 - 20 *	20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00
		18,78	26,78	35,65	460,32
Полдник					
ФРУКТЫ свежие в ассорт *	100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	40,12
ЗАПЕКАНКА творожная - морковная с/с 120 -100 *	100	2,08	3,83	10,30	83,97
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ *	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,1	0,75	0,68	9,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	4,2	4,2	0,11	0,61	6,52
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	12,34
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	21,38
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	16,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,3	13,3	0,38	0,32	6,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	6,97
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,16	0,01	4,25
МОЛОКО сгущенное 20 - 15 *	15	1,05	1,24	8,08	47,72
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,05	1,24	47,72
ЧАЙ с/с 180 - 150 *	150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *	20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00
		3,55	5,41	32,52	195,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		32,38	45,16	105,76	966,77



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ячневая молочная с/с 200 - 150 *	200		5,32	6,36	23,02	171,34
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,92	0,25	12,56	60,11
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	150		1,60	1,27	7,73	49,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,97	11,78	30,80	258,17
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
ПЕЧЕНЬЕ 20 - 30 *	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			4,88	4,87	19,54	145,09
Обед						
СУП куриный с картофелем и пшеном 250 - 200 *	200		3,99	4,00	13,55	106,44
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,5	2,03	2,06	0,00	26,55
ПШЕНО	8	7,9	0,88	0,20	5,39	26,98
КАРТОФЕЛЬ	59,73	44,8	0,87	0,17	7,08	33,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ГОЛУБЦЫ ленивые (свинина + говядина) 160 - 140 *	140		15,04	20,81	19,16	325,43

ГОВЯДИНА Б/К	40,8	36,8	6,63	5,71	0,00	77,81
СВИНИНА МЯСНАЯ	40,8	34,7	4,81	11,21	0,00	120,16
КРУПА РИСОВАЯ	17,5	17,3	1,17	0,16	12,42	55,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	140	112	1,96	0,11	5,10	30,42
МОРКОВЬ	13,13	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,11	0,02	0,62	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	9,3	9,3	0,22	1,36	0,32	14,43
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	150		0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	150		0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	25		0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,03	24,81	43,95	476,77
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *	100		0,34	0,34	8,36	40,12
яблоки	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ОМЛЕТ натуральный 100 - 80 *	80		10,20	14,27	4,19	186,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4	7,93	7,19	0,44	98,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК зеленый отварной 20 - 30 *	20		0,60	0,04	1,26	7,76
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,8	20	0,60	0,04	1,26	7,76
ЧАЙ с/с 180 - 150 *	150		0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	14,65	19,59	257,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,10	56,11	113,88	1 137,76

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША геркулесовая молочная с/с 200 - 150 *	150		4,34	5,49	16,88	134,84
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 180 - 150 *	150		1,35	1,01	8,50	48,76
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,74	10,65	25,43	221,10
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
КРЕКЕР 10 - 20 *	10		0,00	0,00	0,00	0,00
КРЕКЕР	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,38	2,91	4,66	61,69
Обед						
СУП гороховый на свинине 250 - 200 *	200		5,82	5,24	13,72	125,43
СВИНИНА МЯСНАЯ	12	10,2	1,42	3,30	0,00	35,32
КАРТОФЕЛЬ	44,8	33,6	0,65	0,13	5,32	25,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	15,9	3,55	0,24	7,42	46,11
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ПЕЧЕНЬ по - строгановски 80 -	60/30		13,31	9,53	5,86	161,89
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	81,8	76,1	13,21	2,74	0,00	93,75

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,26
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	16,4	16,4	0,40	2,39	0,55	25,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80		80	3,43	2,97	21,91	128,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,41	0,41	21,88	104,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,16	0,02	0,50	2,82
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	21	20,79	0,16	0,02	0,50	2,82
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,72	17,76	47,61	440,73
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
АЗУ из индейки 180 - 160 *		160	15,83	17,79	15,75	286,44
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	66,7	66,7	12,62	14,23	0,00	178,57
КАРТОФЕЛЬ	124,4	93,3	1,81	0,36	14,75	69,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,4	10,7	0,15	0,02	0,85	4,26
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17,8	10,7	0,09	0,01	0,17	1,35
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,12	0,00	0,47	2,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,25	18,13	29,89	349,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,09	49,45	107,59	1 073,49



МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША сборная молочная с/с 200 - 150 *	150		3,87	4,85	18,26	132,79
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,4	0,50	0,07	5,32	23,90
ПШЕНО	7,5	7,4	0,82	0,19	5,05	25,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	150		1,60	1,27	7,73	49,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,52	10,27	26,04	219,62
II Завтрак						
МОЛОКО кипяченое 150 - 120 *	120		3,66	3,18	6,06	67,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126,6	126	3,54	3,06	5,87	66,00
ВАТРУШКА с творогом 1/70 *	70		5,89	6,02	35,43	219,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,71	0,57	30,52	145,79
ДРОЖЖИ	1,13	1,13	0,14	0,02	0,02	0,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,05	0,75	0,68	0,04	9,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ *	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,55	9,20	41,49	286,98
Обед						
СВЕКОЛЬНИК с индейкой 250 -	250/8/10		7,98	10,80	12,91	180,88
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	25	25	4,73	5,34	0,00	66,93
КАРТОФЕЛЬ	65,33	49	0,95	0,19	7,75	36,60
СВЕКЛА	46,88	37,5	0,54	0,04	3,20	15,28
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,48	0,02	0,00	0,04	0,23
УКРОП	0,5	0,37	0,01	0,00	0,02	0,15
ЧЕСНОК	0,3	0,26	0,02	0,00	0,08	0,38
ТЕФТЕЛИ рыбные 90 - 80 *		80	2,78	3,23	11,15	84,72
САЙДА ФИЛЕ	70	70	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10	1,23	1,12	0,07	15,23
КРУПА РИСОВАЯ	5	4,95	0,34	0,05	3,55	15,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,17	0,03	1,00	5,01
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,80	0,08	5,48	25,53
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80		80	1,71	2,48	11,65	75,98
КАРТОФЕЛЬ	93,33	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	1,49	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,84	18,24	42,82	387,12
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
КОТЛЕТА мясная (свин.+инд) 80 - 70 *		70	9,98	17,77	0,93	203,75
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	30	30	5,67	6,40	0,00	80,32
СВИНИНА МЯСНАЯ	30	25,5	3,54	8,24	0,00	88,31
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	13,1	13,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,25	0,21	0,41	4,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,5	0,43	0,39	0,02	5,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,08	0,01	0,47	2,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,6	2,6	0,00	2,52	0,00	22,67
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
КАША гречневая рассыпчатая 100 - 80 *		80	4,08	2,99	18,46	116,89
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	33,6	33,3	4,07	1,07	18,44	99,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,48	21,10	33,53	384,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,39	58,81	143,88	1 277,89

