|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 1** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | | | | 150 | | 4,4 | 4,7 | | 37,4 | 209,2 | | |
| КРУПА МАННАЯ | | | | 20 | 20 | 2 | 0,2 | | 13,7 | 63,8 | | |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | | | | 35 | 35 | 2,4 | 2,9 | | 18,8 | 111,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 87,1 | 87,1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,6 | | 0 | 14,6 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 5 | 5 | 0 | 0 | | 4,9 | 19,4 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/5/4 | | 3,0 | 6,0 | | 14,9 | 125,3 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,2 | 0,9 | | 14,9 | 76,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | | | | 150 | | 1,8 | 2,0 | | 18,9 | 101,4 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 1 | 1 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 5 | 5 | 0 | 0 | | 4,9 | 19,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | | | | 25 | 25 | 1,7 | 2 | | 13,5 | 79,5 | | |
|  | | | | | | **9,2** | **12,7** | | **71,2** | **435,9** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | 125 | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **12,6** | **53,8** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | | | 60 | | 0,5 | 3,0 | | 6,4 | 56,5 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 41,03 | 31,8 | 0,4 | 0 | | 2,1 | 10,8 | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 29,33 | 25,8 | 0,1 | 0,1 | | 2,4 | 11,7 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 2 | 2 | 0 | 0 | | 1,9 | 7,8 | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 5,9 | 8,6 | | 9,8 | 142,5 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 61,5 | 49,2 | 0,9 | 0 | | 2,2 | 13,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 3 | 3 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,0 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 144 | 144 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ | 9 | 9 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 17,9 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | 10,9 | 12,6 | 33,3 | 290,3 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 43,2 | 7,7 | 7,7 | 0 | 99,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 45 | 44,55 | 3 | 0,4 | 32 | 143,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **19,9** | **24,6** | **72,3** | **594,1** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БУЛОЧКА РОЗОВАЯ | 60 | | 7,5 | 4,4 | 32,5 | 199,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 43 | 43 | 4,5 | 0,6 | 29,2 | 139,3 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ДРОЖЖИ | 1,3 | 1,3 | 0,2 | 0 | 0 | 1,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СВЕКЛА | 4,39 | 3,4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,13 | 2,5 | 2,2 | 0,1 | 30,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 150 | | 4,3 | 3,7 | 7,0 | 78,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
|  | | | **11,8** | **8,1** | **39,5** | **278,3** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **42,0** | **45,5** | **195,6** | **1362,1** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 2** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | | | | 150 | | 5,0 | 6,7 | | 22,6 | 171,2 | | |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | | | | 20 | 19,8 | 2,2 | 0,3 | | 13 | 63,1 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 46,5 | 46,5 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 1 | 1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 5 | 5 | 0 | 0 | | 4,9 | 19,4 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 150 | | 2,9 | 2,4 | | 11,0 | 78,1 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 1 | 1 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 100 | 100 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/6/4 | | 3,1 | 6,9 | | 15,4 | 135,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
|  | | | | | | **11,0** | **16,0** | | **49,0** | **384,3** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО | | | | 100 | | 0,4 | 0,4 | | 9,8 | 47,0 | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 113,6 | 100 | 0,4 | 0,4 | | 9,8 | 47,0 | | |
|  | | | | | | **0,4** | **0,4** | | **9,8** | **47,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | | | 50 | | 1,6 | 1,1 | | 6,9 | 43,9 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 25 | 17,5 | 0,4 | 0,1 | | 2,8 | 13,1 | | |
| СВЕКЛА | | | | 25 | 19,38 | 0,3 | 0 | | 1,6 | 7,9 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 25 | 19,38 | 0,3 | 0 | | 1,3 | 6,6 | | |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 10 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,2 | 1,3 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 5 | 4,2 | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,6 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 1 | 1 | 0 | 1 | | 0 | 8,7 | | |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | | | | 10 | 6,5 | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,5 | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | | | | 10 | 10 | 0,2 | 0 | | 0,3 | 2,2 | | |
| РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 6,0 | 9,4 | | 14,2 | 169,5 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 10 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,2 | 1,4 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 4 | 4 | 0 | 3,9 | | 0 | 34,9 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 126 | 126 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | 0 | 49,9 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 10 | 9,9 | 0,9 | 0,1 | 6,4 | 30,3 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3 | 3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | 0,3 | 17,9 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БИТОЧКИ КУРИНЫЕ | 70 | | 8,4 | 8,9 | 2,2 | 122,3 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 43,2 | 7,7 | 7,7 | 0 | 99,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 4 | 4 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 5 | 4,2 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 8,7 |
| ОВОЩНОЙ ГАРНИР | 90 | | 2,4 | 4,1 | 7,0 | 76,7 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 150 | 120 | 2,1 | 0,1 | 5,4 | 32,6 |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **21,0** | **23,9** | **53,1** | **517,2** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 120/30 | | 23,9 | 14,9 | 19,8 | 316,2 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 120 | 120 | 21 | 10,5 | 3,5 | 196,7 |
| КРУПА МАННАЯ | 5 | 5 | 0,5 | 0,1 | 3,4 | 16,0 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 7 | 7 | 0,2 | 0 | 4,5 | 19,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | 0,3 | 17,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 40 | 40 | 1,2 | 1 | 1,8 | 21,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5 | 5 | 0,5 | 0,1 | 3,4 | 16,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 12 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | 0,1 |  | 5,1 | 20,6 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
|  | | | **23,0** | **14,9** | **24,9** | **336,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **56,4** | **55,2** | **136,8** | **1285,3** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 3** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | | | | 150 | | 4,7 | 6,7 | | 23,0 | 172,0 | | |
| КРУПА ЯЧНЕВАЯ | | | | 20 | 19,8 | 1,9 | 0,3 | | 12,5 | 60,1 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 115,4 | 115,4 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | | | 30/6/4 | | 2,3 | 5,8 | | 15,4 | 122,2 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ | | | | 150 | | 2,8 | 2,4 | | 10,5 | 75,7 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 0,05 | 0,05 | 0 | 0 | | 0 | 0,1 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
|  | | | | | | **9,8** | **14,9** | | **48,9** | **369,9** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | 125 | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **12,6** | **53,8** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | | | | 50 | | 0,9 | 1,0 | | 2,4 | 22,6 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 50 | 40 | 0,7 | 0 | | 1,8 | 10,9 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 5 | 3,88 | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 5 | 4,2 | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,6 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 1 | 1 | 0 | 1 | | 0 | 8,7 | | |
| СУП КУДРЯВЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | | | | 180 | | 7,8 | 11,4 | | 8,5 | 173,0 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | | | | 10 | 6,5 | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,5 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 250 | 250 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 0,5 шт. | 20,13 | 2,5 | 2,2 | | 0,1 | 30,7 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | | 0,3 | 17,9 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 1 | 4,9 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | | | | 70 | | 11,9 | 11,7 | | 9,4 | 194,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 45 | 8,1 | 7 | 0 | 95,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 4 | 4 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20 | 16,8 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 8,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,13 | 2,5 | 2,2 | 0,1 | 30,7 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 8 | 7,92 | 0,6 | 0,1 | 5,7 | 25,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | 0,3 | 17,9 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | 3,1 | 5,0 | 21,3 | 142,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 170,7 | 128 | 2,5 | 0,5 | 20,3 | 95,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **26,3** | **29,5** | **64,4** | **636,8** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА | 50 | | 5,1 | 3,0 | 42,9 | 219,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 4,2 | 0,5 | 27,2 | 129,6 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| ПОВИДЛО | 20 | 20 | 0,1 | 0 | 12,8 | 51,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 150 | | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 158,3 | 157,5 | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
|  | | | **9,6** | **6,8** | **50,3** | **301,5** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **46,3** | **51,3** | **176,2** | **1362,0** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 4** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | | 150 | | 5,8 | 8,1 | | 23,4 | 190,7 | | |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | | | | 20 | 20 | 2,4 | 1,2 | | 12 | 68,3 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 50 | 50 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 120 | 120 | 3,4 | 2,9 | | 5,6 | 62,9 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/6/4 | | 3,1 | 6,9 | | 15,4 | 135,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 150 | | 2,9 | 2,4 | | 11,0 | 78,1 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 1 | 1 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 120 | 120 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
|  | | | | | | **11,8** | **17,4** | | **49,8** | **403,8** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| БАНАН | | | | 100 | | 1,5 | 0,5 | | 21,0 | 96,0 | | |
| БАНАН | | | | 142,86 | 100 | 1,5 | 0,5 | | 21 | 96,0 | | |
|  | | | | | | **1,5** | **0,5** | | **21,0** | **96,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | | | | 50 | | 0,4 | 0,1 | | 0,9 | 6,5 | | |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 50 | 50 | 0,4 | 0,1 | | 0,9 | 6,5 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | | | | 180 | | 7,6 | 9,1 | | 20,5 | 198,6 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 18,5 | 18,5 | 1,9 | 0,2 | | 12,5 | 59,9 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 1/8 шт. | 5,03 | 0,6 | 0,6 | | 0 | 7,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 29 | 29 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 3 | 3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 150 | 150 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | | 0,3 | 17,9 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 1 | 4,9 | | |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С КУРИЦЕЙ | | | | 150 | | 9,5 | 13,8 | | 16,0 | 226,9 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 100 | 70 | 1,4 | 0,3 | | 11,1 | 52,3 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 100 | 80 | 1,4 | 0,1 | | 3,7 | 21,7 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 36,6 | 6,5 | 6,5 | 0 | 84,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 6,8 | 27,1 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **20,1** | **23,4** | **61,2** | **540,7** |
| **Полдник** | | | | | | |
| РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ | 200 | | 19,4 | 10,1 | 4,7 | 186,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5 | 5 | 0,5 | 0,1 | 3,4 | 16,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ | 120 | 86,4 | 13,4 | 0,5 | 0 | 57,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | 1,2 |  | 7,3 | 33,9 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 6 | 6 | 1,2 | 0 | 2,4 | 14,5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
|  | | | **22,9** | **10,3** | **27,1** | **291,5** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **56,3** | **51,6** | **159,1** | **1332,0** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 5** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | | | | 200 | | 7,3 | 9,1 | | 29,3 | 227,6 | | |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | | | | 30 | 29,7 | 3,6 | 1 | | 16,5 | 88,8 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 84,7 | 84,7 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 130 | 130 | 3,7 | 3,2 | | 6 | 68,1 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 7 | 7 | 0 | 0 | | 6,8 | 27,1 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/7/6 | | 3,6 | 8,1 | | 15,5 | 148,6 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 7 | 7 | 0 | 5,6 | | 0,1 | 50,8 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 6 | 5,45 | 1,3 | 1,6 | | 0 | 19,2 | | |
| КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ | | | | 200 | | 3,8 | 3,3 | | 11,9 | 92,9 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 130 | 130 | 3,7 | 3,2 | | 6 | 68,1 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 0,6 | 0,6 | 0,1 | 0,1 | | 0,1 | 1,6 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
|  | | | | | | **14,7** | **20,5** | | **56,7** | **469,1** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 200 | | 1,0 | 0,2 | | 20,2 | 86,0 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 200 | 200 | 1 | 0,2 | | 20,2 | 86,0 | | |
|  | | | | | | **1,0** | **0,2** | | **20,2** | **86,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ | | | | 50 | | 8,2 | 1,8 | | 18,7 | 127,1 | | |
| ФАСОЛЬ | | | | 40 | 40 | 8,1 | 0,8 | | 18,2 | 115,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 7 | 6 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 1 | 1 | 0 | 1 | | 0 | 9,0 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, | | | | 150/10/10 | | 7,1 | 6,1 | | 12,4 | 133,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | | 10,05 | 10 | 2,2 | 0,2 | | 4,7 | 29,0 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 108 | 108 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 1 | 4,9 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 3 | 3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | | | | 150 | | 14,0 | 11,9 | | 23,0 | 255,1 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | | 64 | 48 | 8,6 | 7,5 | | 0 | 101,5 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 185,6 | 139,2 | 2,7 | 0,6 | | 22 | 104,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 13,2 | 10,8 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,13 | 2,5 | 2,2 | 0,1 | 30,7 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 6,8 | 27,1 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **31,9** | **20,2** | **77,9** | **624,3** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БЛИНЫ СО С/М | 150 | | 8,3 | 12,3 | 35,5 | 284,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 50 | 50 | 5,2 | 0,7 | 34 | 162,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,6 шт. | 24,15 | 3 | 2,7 | 0,2 | 36,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| САХАР ПЕСОК | 1,3 | 1,3 | 0 | 0 | 1,3 | 5,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| КИСЕЛЬ | 200 | |  |  | 25,1 | 100,4 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 25 | 25 | 0 | 0 | 19,3 | 77,2 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **8,3** | **12,3** | **60,6** | **385,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **55,9** | **53,2** | **215,4** | **1564,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 6** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ НА СГ/МОЛОКЕ | | | | 150 | | 3,7 | 6,7 | | 38,9 | 231,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 25 | 24,75 | 1,6 | 0,2 | | 17,8 | 79,9 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 68,4 | 68,4 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | | | | 30 | 30 | 2,1 | 2,5 | | 16,2 | 95,4 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 5 | 5 | 0 | 0 | | 4,9 | 19,4 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/6/4 | | 3,1 | 6,9 | | 15,4 | 135,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГ/МОЛОКЕ | | | | 150 | | 1,8 | 2,0 | | 15,9 | 89,8 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 1 | 1 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 2 | 2 | 0 | 0 | | 1,9 | 7,8 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 100 | 100 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | | | | 25 | 25 | 1,7 | 2 | | 13,5 | 79,5 | | |
|  | | | | | | **8,6** | **15,6** | | **70,2** | **455,8** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | 125 | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **12,6** | **53,8** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ) | | | | 50 | | 1,0 | 4,7 | | 4,1 | 63,0 | | |
| ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ | | | | 55,7 | 52,9 | 1 | 4,7 | | 4,1 | 63,0 | | |
| БОРЩ СО СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 5,4 | 7,7 | | 12,0 | 143,6 | | |
| СВЕКЛА | | | | 41,29 | 32 | 0,5 | 0 | | 2,7 | 13,0 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 30 | 24 | 0,4 | 0 | | 1,1 | 6,5 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 12,9 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,2 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 1 | 4,9 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 160 | 160 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | | 0,3 | 17,9 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 3 | 3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 18,3 | 3,2 | 3,3 | | 0 | 42,3 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ | 150 | | 12,7 | 12,1 | 28,7 | 274,6 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 50 | 49,5 | 6 | 1,6 | 27,5 | 147,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 115 | 115 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 36,6 | 6,5 | 6,5 | 0 | 84,5 |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **21,7** | **24,9** | **67,6** | **586,0** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ | 60 | | 6,2 | 6,3 | 32,0 | 208,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 4,2 | 0,5 | 27,2 | 129,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 25 | 17,5 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 13,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 150 | | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 158,3 | 157,5 | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
|  | | | **10,7** | **10,1** | **39,4** | **290,9** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **41,6** | **50,7** | **189,8** | **1386,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 7** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ОМЛЕТ ПАРОВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | | | | 130 | | 6,7 | 8,7 | | 3,2 | 117,5 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | | 0,3 | 61,3 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | | 2,3 | 26,2 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | | | | 15 | 9,75 | 0,3 | 0 | | 0,6 | 3,8 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/6/4 | | 3,1 | 6,9 | | 15,4 | 135,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
| КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ | | | | 150 | | 2,8 | 2,4 | | 10,5 | 75,7 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 0,05 | 0,05 | 0 | 0 | | 0 | 0,1 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
|  | | | | | | **12,6** | **18,0** | | **29,1** | **328,2** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| МАНДАРИН | | | | 100 | | 0,8 | 0,2 | | 7,5 | 38,0 | | |
| МАНДАРИН | | | | 135 | 99,9 | 0,8 | 0,2 | | 7,5 | 38,0 | | |
|  | | | | | | **0,8** | **0,2** | | **7,5** | **38,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | | | | 50 | | 0,9 | 1,1 | | 4,4 | 31,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 25 | 17,5 | 0,4 | 0,1 | | 2,8 | 13,1 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,7 | | |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 13 | 13 | 0,1 | 0 | | 0,2 | 1,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 6 | 5,04 | 0,1 | 0 | | 0,4 | 2,1 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 1 | 1 | 0 | 1 | | 0 | 9,0 | | |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ | | | | 10 | 7 | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,7 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 180 | | 2,4 | 3,5 | | 14,9 | 105,2 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 10 | 10 | 1,1 | 0,1 | | 6,9 | 32,8 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 126 | 126 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 3 | 3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 1 | 4,9 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | | 0,3 | 17,9 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ПОРЦИОННЫЕ | 150 | | 10,3 | 9,8 | 12,8 | 181,6 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 123 | 97,5 | 1,7 | 0,1 | 4,5 | 26,5 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 43,2 | 7,7 | 7,7 | 0 | 99,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 9,9 | 0,7 | 0,1 | 7,1 | 32,0 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **16,2** | **14,8** | **54,9** | **422,9** |
| **Полдник** | | | | | | |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ | 200 | | 6,3 | 4,7 | 26,7 | 175,1 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 39 | 39 | 4,2 | 0,5 | 26,7 | 127,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 58,5 | 58,5 | 0 | 0 | 0,0 | 0,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 9,8 | 8,9 | 2 | 2,5 | 0 | 31,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,8 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | 0,1 |  | 5,1 | 20,620,6 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 15,1 | 71,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА  ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 ВЫСШ.СОРТ |
|  |  | | **8,7** | **4,9** | **46,9** | **266,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **61,8** | **53,8** | **154,7** | **1545,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 8** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША "ДРУЖБА" | | | | 150 | | 5,4 | 8,0 | | 28,2 | 206,7 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 12 | 11,88 | 0,8 | 0,1 | | 8,5 | 38,4 | | |
| ПШЕНО | | | | 13 | 12,87 | 1,5 | 0,3 | | 8,8 | 43,9 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 18 | 18 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | | 5,1 | 57,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/6/4 | | 3,1 | 6,0 | | 15,4 | 127,7 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 150 | | 3,2 | 2,7 | | 10,5 | 79,5 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 1 | 1 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 5 | 5 | 0 | 0 | | 4,9 | 19,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 120 | 120 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | | 5,1 | 57,6 | | |
|  | | | | | | **11,7** | **16,7** | | **54,1** | **413,9** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | | | | 125 | | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | 125 | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **12,6** | **53,8** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ "ЗАЙЧИК" | | | | 50 | | 1,2 | 1,9 | | 3,2 | 35,3 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 49,3 | 39,4 | 0,7 | 0 | | 1,8 | 10,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 5,9 | 5 | 0,1 | 0 | | 0,4 | 2,0 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 6,7 | 5,2 | 0,1 | 0 | | 0,4 | 1,7 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ | | | | 12,5 | 8,8 | 0,3 | 0 | | 0,6 | 3,4 | | |
| СУП С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ | | | | 180 | | 8,6 | 9,8 | | 17,0 | 194,0 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 128,57 | 90 | 1,7 | 0,4 | | 14,3 | 67,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10,32 | 8 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 2,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,2 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 140 | 140 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 0,5 шт. | 20,13 | 2,5 | 2,2 | | 0,1 | 30,7 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 3 | 3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | | 0,3 | 17,9 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 1 | 4,9 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ | 60 | | 8,4 | 8,9 | 2,2 | 122,3 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 43,2 | 7,7 | 7,7 | 0 | 99,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 4 | 4 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 5 | 4,2 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 8,7 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 80 | | 4,3 | 4,5 | 27,4 | 167,4 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 4,3 | 0,5 | 27,4 | 131,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 2,4 | 2,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 48 | 48 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **25,1** | **25,5** | **72,6** | **623,8** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БУЛОЧКА "ЗАВИТОК" | 60 | | 6,1 | 3,5 | 35,8 | 198,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 4,8 | 0,6 | 30,6 | 145,8 |
| САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,11 шт. | 4,3 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,6 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 12 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 5 | 5 | 0,1 | 0 | 3,2 | 13,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| РЯЖЕНКА | 200 | | 6,0 | 2,0 | 8,4 | 80,0 |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ | 206 | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 108,0 |
|  | | | **12,1** | **5,5** | **44,2** | **278,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **49,5** | **47,8** | **183,5** | **1370,3** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  |
| **ДЕНЬ 9** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | | **Химический состав** | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | |
| **Брутто, г** | | **Нетто, г** | | **Белки, г** | | **Жиры, г** | | | **Углеводы, г** | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С ЯБЛОКОМ | | | | 150 | | | | 5,9 | | 9,0 | | | 25,9 | | 206,8 | | | |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | | | | 25 | | 25 | | 3 | | 1,6 | | | 15 | | 85,4 | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | | 100 | | 2,8 | | 2,4 | | | 4,7 | | 52,4 | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 87,1 | | 87,1 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0,0 | | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | | 6 | | 0 | | 4,9 | | | 0 | | 43,6 | | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 5 | | 5 | | 0 | | 0 | | | 4,9 | | 19,4 | | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 15 | | 13,2 | | 0,1 | | 0,1 | | | 1,3 | | 6,0 | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | | | 30/6/4 | | | | 2,3 | | 4,9 | | | 15,4 | | 114,9 | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | | 30 | | 2,3 | | 0,9 | | | 15,4 | | 78,6 | | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | | 5 | | 0 | | 4 | | | 0 | | 36,3 | | | |
| КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ | | | | 150 | | | | 2,9 | | 2,5 | | | 10,6 | | 77,0 | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | | 100 | | 2,8 | | 2,4 | | | 4,7 | | 52,4 | | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 0,5 | | 0,5 | | 0,1 | | 0,1 | | | 0,1 | | 1,4 | | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | | 6 | | 0 | | 0 | | | 5,8 | | 23,2 | | | |
|  | | | | | | | | **11,1** | | **16,4** | | | **51,9** | | **398,7** | | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | | | | 100 | | | | 0,4 | | 0,4 | | | 9,8 | | 47,0 | | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 113,6 | | 100 | | 0,4 | | 0,4 | | | 9,8 | | 47,0 | | | |
|  | | | | | | | | **0,4** | | **0,4** | | | **9,8** | | **47,0** | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 60 | | | | 0,6 | |  | | | 1,2 | | 7,0 | | | |
| ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 50 | | 50 | | 0,6 | | 0 | | | 1,2 | | 7,0 | | | |
| ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | | | 5,7 | | 8,4 | | | 9,9 | | 142,2 | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | | | | 30 | | 30 | | 0,5 | | 0 | | | 0,9 | | 6,7 | | | |
| МОРКОВЬ | | | | 9 | | 7,2 | | 0,1 | | 0 | | | 0,5 | | 2,4 | | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 8,6 | | 7,2 | | 0,1 | | 0 | | | 0,6 | | 2,9 | | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 5 | | 5 | | 0,2 | | 0 | | | 1 | | 4,9 | | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | | 3 | | 0 | | 2,9 | | | 0 | | 26,2 | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 144 | | 144 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0,0 | | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | | 21,6 | | 3,8 | | 3,9 | | | 0 | | 49,9 | | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 60 | | 42 | | 0,8 | | 0,2 | | | 6,6 | | 31,3 | | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 1,2 | | 1,2 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0,0 | | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 9 | | 9 | | 0,2 | | 1,4 | | | 0,3 | | 17,9 | | | |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ | | | | | 60 | | | | 15,1 | | 7,5 | | | 4,5 | | 146,1 | | | |
| РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ | | | | | 150 | | 75 | | 11,5 | | 0,7 | | | 0 | | 52,4 | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | | 20 | | 20 | | 0,6 | | 0,5 | | | 1 | | 10,5 | | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | | 2 | | 2 | | 0 | | 1,6 | | | 0 | | 14,6 | | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | | 5 | | 5 | | 0,5 | | 0,1 | | | 3,4 | | 16,2 | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | | 10 | | 10 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0,0 | | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | | 1 | | 1 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0,0 | | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | | 3 | | 3 | | 0 | | 2,4 | | | 0 | | 21,7 | | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | | 0,5 шт. | | 20,13 | | 2,5 | | 2,2 | | | 0,1 | | 30,7 | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | 3,1 | 5,0 | 21,3 | 142,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 170,7 | 128 | 2,5 | 0,5 | 20,3 | 95,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **27,1** | **21,3** | **53,9** | **542,3** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ | 30 | | 5,1 | 4,8 | 31,6 | 188,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 4,2 | 0,5 | 27,2 | 129,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,12 шт. | 4,83 | 0,6 | 0,6 | 0 | 7,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 13 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 8,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 5,2 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 150 | | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 158,3 | 157,5 | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
|  | | | **9,6** | **8,6** | **39,0** | **270,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **48,2** | **46,7** | **154,6** | **1373,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 9-10,5 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 10** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 150 | | 4,4 | 6,6 | | 20,8 | 161,1 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 15 | 15 | 1,6 | 0,2 | | 10,3 | 49,2 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 45 | 45 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 30/6/4 | | 3,1 | 6,9 | | 15,4 | 135,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 4,9 | | 0 | 43,6 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 4 | 3,64 | 0,8 | 1,1 | | 0 | 12,8 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 150 | | 2,9 | 2,4 | | 11,0 | 78,1 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 1 | 1 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 120 | 120 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | | 4,7 | 52,4 | | |
|  | | | | | | **10,4** | **15,9** | | **47,2** | **374,2** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 125 | 125 | 0,6 | 0,1 | | 12,6 | 53,8 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **12,6** | **53,8** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ "СВЕКОЛКА" | | | | 50 | | 1,0 | 3,0 | | 9,2 | 69,3 | | |
| СВЕКЛА | | | | 60 | 46,5 | 0,7 | 0 | | 4 | 18,9 | | |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | | | | 3 | 4,8 | 0,2 | 0 | | 2,4 | 11,1 | | |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) | | | | 4,8 | 4,8 | 0,1 | 0 | | 2,8 | 12,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 3 | | 0 | 27,0 | | |
| РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 6,0 | 9,4 | | 14,2 | 169,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 35 | 0,7 | 0,1 | | 5,5 | 26,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | | 10 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,2 | 1,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 4 | 4 | 0 | 3,9 | | 0 | 34,9 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 126 | 126 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | | | | 10 | 9,9 | 0,9 | 0,1 | | 6,4 | 30,3 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | 3 | 3 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 9 | 9 | 0,2 | 1,4 | 0,3 | 17,9 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 150 | | 10,7 | 11,9 | 9,1 | 188,1 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 190 | 152 | 2,6 | 0,2 | 6,9 | 41,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5 | 5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,75 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 60 | 43,2 | 7,7 | 7,7 | 0 | 99,7 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157,5 | 157,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | | | **20,3** | **24,7** | **55,3** | **531,6** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ОЛАДЬЯ С ЯГОДНЫМ ДЖЕМОМ | 200 | | 11,8 | 8,3 | 96,8 | 503,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 79,2 | 79,2 | 8,3 | 1 | 53,7 | 256,6 |
| ДРОЖЖИ | 0,001 | 0,001 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,4 шт. | 16,1 | 1,9 | 1,8 | 0,1 | 24,5 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ДЖЕМ | 25 | 25 | 0,2 | 0 | 17,7 | 68,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 40 | 40 | 1,2 | 1 | 1,8 | 21,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ДЖЕМ | 25 | 25 | 0,2 | 0 | 17,7 | 68,9 |
| КИСЕЛЬ | 200 | |  |  | 24,2 | 96,6 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 25 | 25 | 0 | 0 | 19,3 | 77,2 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **11,8** | **8,3** | **121,0** | **600,5** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **43,1** | **49,0** | **236,1** | **1560,1** |