



C=RU,
OU=Заведующий,
O="МБДОУ ""
Детский сад N281""
г.о. Самара",
CN=Михайлина
Лариса Петровна,
E=MLP1604@YANDE
X.RU
12345678
2026.09.01
15:05:26+04'00'

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	200		7,4	9,0	27,6	216,0
КРУПА ОВСЯНАЯ	33	33	3,9	1,9	17,8	101,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,5	3,2	6,1	70,2
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,6	14,4
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,9	4,8	13,7	99,8
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,0	3,6	13,2	104,4
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	142	142	3,8	3,4	6,7	76,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
			13,3	17,4	54,5	420,2
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	46,0
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	0,5	0,1	10,1	46,0
			0,5	0,1	10,1	46,0
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50		0,7	2,5	3,9	40,8
СВЕКЛА	53	39,75	0,6	0	3,2	15,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,5	2,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,3	4,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,73	2,73	0	2,5	0	22,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180		4,8	6,9	15,0	137,5
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,9	0,2	7,1	31,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10,8	10,8	1,1	0,1	6,9	32,9
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,5	2,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,6	3,6	0	2,8	0	21,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	14,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	200/20		12,5	11,9	27,7	268,8

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,9	0,2	0	0,8	4,1
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	11	8,25	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50	50	6	1,6	26	138,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,3	3,3	0	2,5	0	19,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	36,3	6,1	5	0	77,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,5	0,1	19,1	79,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,3	0	5,8	25,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6	25,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			24,5	22,0	103,3	703,5
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	50		3,5	7,1	19,6	150,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	26	26	2,7	0,3	16,6	78,1
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,7	2,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,5	1,5	0	1,1	0	8,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,028 шт.	1,12	0,1	0,1	0	1,6
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,2	0	27,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4,3
КАРТОФЕЛЬ	16,4	9,84	0,2	0	1,5	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,5	2,5	0	2	0	14,9
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200		1,6	1,2	9,9	57,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0	0	7,1	28,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
			5,1	8,3	29,5	207,3
Ужин 1						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	250		4,7	6,0	26,5	168,9
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	130	104	1,8	0,1	4,5	26,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8	0	3,6	0	30,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	25	20	0,3	0	1,3	6,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25	21	0,3	0	1,5	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1	4,0
СОЛЬ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,3	2,3	0	1,8	0	13,7
КАРТОФЕЛЬ	150	112,5	2,2	0,5	17,7	77,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		5,0	20,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			5,9	6,1	38,3	221,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,3	53,9	235,7	1 598,2

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		5,2	5,9	25,6	173,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,5	3,2	6,1	70,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	25	25	1,7	0,3	16,8	75,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,7	10,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5/10		3,7	7,5	10,9	120,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	4,1	0,1	33,1
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		4,0	3,5	14,6	109,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	145	145	3,9	3,5	6,8	78,3
			12,9	16,9	51,1	404,0
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	100		2,8	2,4	3,8	48,6
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	3,8	48,6
			2,8	2,4	3,8	48,6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,6	0,1	1,1	8,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	80	70,4	0,6	0,1	1,1	8,3
РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/10		5,0	5,5	14,0	122,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8	6	0,1	0	0,4	1,9
КАРТОФЕЛЬ	52	39	0,8	0,2	6,1	27,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,6	6,4	0,1	0	0,5	2,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,3	11,7	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,2	2,2	0	1,7	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,1	121,1	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	10	0,9	0,1	6,1	28,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
СУФЛЕ РЫБНОЕ	70		10,4	7,2	5,8	121,4
РЫБА ГОРБУША	62	40,92	8	2,5	0	51,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	10	10	0,8	0,1	4,6	21,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,2	0,5	5,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10	1,2	1,1	0,1	14,1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130		2,4	4,3	16,9	106,2
КАРТОФЕЛЬ	135	101,25	1,9	0,4	15,9	70,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4,4	4,4	0	3,4	0,1	26,2
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180		0,5	0,2	13,2	63,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	198	198	0	0	0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	13,5	13,5	0,5	0,2	5,9	34,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,0	0,4	25,5	132,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	30	30	2,2	0,2	13,7	63,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		1,2	1,0	27,9	145,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			21,1	18,7	104,4	699,3
Полдник						
ЛАКОМКА	50		6,7	7,0	14,6	140,1
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	30	30	5,2	2,5	0,8	45,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1	0,1	6,4	30,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,16	0,5	0,5	0	5,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,8	7,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		6,8	27,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
			6,9	7,0	21,4	167,5
Ужин 1						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250		6,5	5,6	30,7	197,1
ПШЕНО	35	35	3,8	0,8	22,4	110,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,7	2,4	4,7	54,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,6	14,4
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200		1,6	1,2	8,3	50,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,9	0,1	9,4	38,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			10,0	6,9	48,4	286,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,7	51,9	229,1	1 605,9

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	90		2,0	0,1	3,9	24,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	102,9	66,9	2	0,1	3,9	24,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110		10,1	13,1	2,8	161,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,83 шт.	73,3	8,8	7,9	0,5	103,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	48,9	48,9	1,3	1,2	2,3	26,4
СОЛЬ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,1	0	9,7
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,7	3,7	0	2,9	0	22,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,5	4,6	10,9	85,8
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,5	3,2	11,6	92,0
КАКАО-ПОРОШОК	0,1	0,1	0	0	0	0,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,5	3,2	6,1	70,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
			17,1	21,0	29,2	363,7
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						
САЛАТ "ОВОЩНОЙ ДУЭТ"	50		0,4	2,5	1,3	30,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	45,46	40	0,3	0	0,7	5,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,95	7,5	0,1	0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/10		5,0	8,5	14,1	148,8
КАРТОФЕЛЬ	50	37,5	0,8	0,2	5,9	26,0
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,7	0,1	6,7	30,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	18,15	3	2,5	0	38,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	200/20		9,7	10,4	9,8	176,5
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	15,51	11,63	0,2	0	0,7	3,7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	0,9	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	230	184	3,1	0,2	7,8	46,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	36,3	6,1	5	0	77,8
СОЛЬ	2	2	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		180	0,6		12,4	51,7
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	11	11	0,6	0	5,1	23,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	1,0	0,2	5,0	27,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	1,7	0,6	16,7	86,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			18,4	22,2	59,3	521,6
Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		50	4,5	5,8	26,4	167,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37	3,8	0,5	23,6	111,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	20,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,4
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,2	0,5	5,4
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,3	9,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,0	1,8	10,0	66,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2	1,8	3,5	40,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
			6,5	7,6	36,4	233,9
Ужин 1						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ		250	7,8	7,2	32,5	222,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	35	35	3,8	0,5	21,7	103,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,6	14,4
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	0,3		6,1	25,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
ЛИМОН	6	6	0,1	0	0,2	1,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		15	0,8	0,1	3,8	20,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			8,9	7,3	42,4	268,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,3	58,5	177,1	1 435,0

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200		9,4	8,4	43,5	288,0
КРУПА МАННАЯ	35	35	3,4	0,4	22,5	103,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,89	157,89	4,2	3,8	7,4	85,2
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ ,СЫРОМ	30/5/10		4,1	7,5	13,7	131,6
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		4,1	3,6	15,8	115,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,2	32,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
			17,6	19,5	73,0	535,2
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	100		2,8	2,4	3,8	48,6
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	3,8	48,6
			2,8	2,4	3,8	48,6
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/10		5,5	9,5	14,8	162,6
КАРТОФЕЛЬ	65	43,88	0,9	0,2	6,9	30,4
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1	0,1	6,4	30,1
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	18,15	3	2,5	0	38,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130		13,1	4,8	26,4	191,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	60	60	13,1	0,9	26,3	161,5
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	207,69	207,69	0	0	0	0,0

БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		13,6	13,8	6,4	192,9
ГОВЯДИНА Б/К	73,51	66,16	11,7	10	0	129,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	5,3	5,3	0,4	0	2,5	11,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5	0,6	0,6	0	7,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,83	5,83	0,8	0	3,3	15,7
СОЛЬ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	14,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,9	1,9	0	1,5	0	11,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200		0,1		8,7	37,2
ЛИМОН	16	16	0,1	0	0,5	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	208	208	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,2	32,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	14,5	67,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	31,6	31,6	2,3	0,2	14,5	67,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			37,7	28,7	90,1	743,1
Полдник						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50		4,8	4,3	0,3	56,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40	4,8	4,3	0,3	56,5
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	5,0	9,9	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	210	210	5,6	5	9,9	113,4
			10,4	9,3	10,2	169,9
Ужин 1						
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100		15,9	8,0	13,3	181,2
РЫБА ГОРБУША	96,36	63,6	12,4	3,9	0	80,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	14	14	1	0,1	6,4	29,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10	1,2	1,1	0,1	14,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,6	14	0,2	0	1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,1	24,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
СОЛЬ	2	2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,7	3,7
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	150		9,2	9,3	18,4	183,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	30	30	2,7	0,3	18,3	85,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0	3,5	0,1	26,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	48,8	36,5	6,5	5,5	0	71,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		5,9	23,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			26,3	17,4	44,4	420,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			94,8	77,3	221,5	1 917,2

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30		22,6	16,4	36,1	370,8
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	98	98	17	8,3	2,6	149,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	50	40	0,5	0	2,5	12,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
КРУПА РИСОВАЯ	12	12	0,8	0,1	8,1	36,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,8	0,1	11,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,8	0,8	1,4	16,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,67	2,67	0,4	0	1,5	7,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,1	2,4	15,2	88,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,5	4,8	10,9	89,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	4,1	0,1	33,1
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,4	4,4	14,9	125,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
КАКАО-ПОРОШОК	6	6	1,4	0,8	0,5	15,6
			29,5	25,6	61,9	585,2
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100		0,2	0,1	8,1	37,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116,7	116,7	0	0	0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	6,1	6,1	0,2	0,1	2,6	15,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
			0,2	0,1	8,1	37,1
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50		1,0	4,5	3,9	59,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	52,6	50	1	4,5	3,9	59,5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/0/10		4,4	8,7	8,6	124,7
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,7	4,1
КАРТОФЕЛЬ	50	37,5	0,8	0,2	5,9	26,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10,33	7,75	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
СОЛЬ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
АЗУ	200/17		8,5	10,0	25,2	220,4
КАРТОФЕЛЬ	195	146,25	2,8	0,6	23	101,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	13	10,08	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,8	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	30,25	5,1	4,2	0	64,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	26,4	0,2	0	0,4	3,1
ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК	180		0,5	0,1	18,2	75,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,3	0	5,8	25,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6	25,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			20,4	23,9	93,5	657,4
Полдник						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50		3,7	5,4	23,1	149,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3	0,4	19,1	90,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,83	0,83	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	3,33	3,33	0	0	3	12,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,5	2,5	0	2	0	14,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	20,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,33	0,2	0,2	0	1,9
СОЛЬ	0,47	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,47	0,5	0,1	0	0	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,21	0,25	0	0,2	0	2,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,2	0,5	5,4
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200		1,6	1,2	11,9	65,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,1	35,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
			5,3	6,6	35,0	214,8
Ужин 1						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И СЫРОМ	250		7,4	6,5	32,2	207,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,2	0,7	32,1	152,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,4	131,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
			7,6	6,5	39,0	234,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,0	62,7	237,5	1 729,3

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		5,0	5,6	18,9	144,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125	125	3,3	3	5,9	67,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,7	0,2	10,3	48,7
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,7	10,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0	0	0	0,0
СОЛЬ	2	2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,9	4,8	13,7	99,8
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,9	3,4	13,5	103,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	3,8	3,4	6,6	75,6
			10,8	13,8	46,1	347,6
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	46,0
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	0,5	0,1	10,1	46,0
			0,5	0,1	10,1	46,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50		0,8	2,8	3,9	43,7
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,7	10,1
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8,33	6,46	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,8	7,2
СОЛЬ	0,42	0,42	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180		7,0	8,4	14,9	157,7
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	31,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15	15	3,3	0,2	6,6	40,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10	8	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200		11,7	14,1	29,0	292,3

КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,7	0,4	26,7	118,7
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	15,48	12	0,2	0	0,7	3,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	83,31	50,4	8,5	7	0	108,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	0,9	4,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,3		14,0	57,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,3	0	5,8	25,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,2	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		1,9	0,3	18,3	85,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			24,8	26,0	99,4	728,4
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	50		3,7	5,3	27,3	166,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3	0,4	19,1	90,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,8	7,2
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,5	0,2	0,2	0	2,2
ДРОЖЖИ	2	2	0,3	0	0	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,12	3,12	0	2,9	0	25,2
СОЛЬ	0,63	0,63	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4,3
ПОВИДЛО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	10	10	0	0	6	23,9
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	5,0	9,9	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	210	210	5,6	5	9,9	113,4
			9,3	10,3	37,2	279,7
Ужин 1						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100		1,6	5,3	8,5	85,5
СВЕКЛА	109,1	84,5	1,2	0,1	6,7	32,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,2	15,3	0,2	0	1,2	5,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,2	0	0,6	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,1	9,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0	5,2	0	44,5
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	150		23,7	15,8	2,3	235,4
РЫБА ГОРБУША	123,94	81,8	16	5	0	103,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0	3,9	0	33,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,36 шт.	54,5	6,6	5,9	0,4	77,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40,9	40,9	1,1	1	1,9	22,1
СОЛЬ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		6,8	27,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			26,5	21,2	24,4	380,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,9	71,4	217,2	1 782,0

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ	200		5,8	7,0	29,5	200,2
КРУПА РИСОВАЯ	15	15	1	0,2	10,1	45,0
ПШЕНО	15	15	1,6	0,4	9,6	47,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,7	26,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,2	2,9	5,6	64,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0	3,5	0,1	26,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,1	16,2
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/10		3,7	7,3	10,9	117,6
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,5	3,9	14,6	114,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,2
			14,0	18,2	55,0	432,7
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	100		2,8	2,4	3,8	48,6
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	3,8	48,6
			2,8	2,4	3,8	48,6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,6	0,1	1,1	8,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	80	70,4	0,6	0,1	1,1	8,3
БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/10		4,6	8,8	10,9	138,0
СВЕКЛА	31	23,25	0,3	0	1,8	8,8
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1	6,0
КАРТОФЕЛЬ	50	33,75	0,7	0,1	5,3	23,4
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	0,9	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
СОЛЬ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРАМИ	200/34		13,4	14,1	26,3	288,4

КАРТОФЕЛЬ	230	155,25	2,9	0,6	24,5	107,6
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	13	10,08	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,8	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	100	60,5	10,1	8,3	0	129,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ	180		0,8	0,1	19,3	80,6
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	11	11	0,6	0	5,1	23,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,2	32,3
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6	25,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			25,4	23,7	95,2	692,3
Полдник						
ПИРОГ ПЕСОЧНЫЙ С ТВОРОГОМ	50		7,3	6,7	15,8	144,6
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	33,3	33,3	5,8	2,8	0,9	50,7
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9	9	1	0,1	5,7	27,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4,2	4,2	0	3,3	0,1	25,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,2	0,5	0,5	0	5,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,8	7,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		6,8	27,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
			7,5	6,7	22,6	172,0
Ужин 1						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250		7,2	6,8	26,7	196,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	170	170	4,5	4,1	8	91,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,7	0,3	16	76,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,7	10,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,8	93,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200		1,6	1,2	9,2	54,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			9,8	8,1	42,7	282,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,5	59,1	219,3	1 628,5

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		6,8	6,0	28,3	191,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,5	3,2	6,1	70,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,3	0,4	18,6	88,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,6	14,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,5	4,8	10,9	89,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	4,1	0,1	33,1
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		4,3	3,8	14,4	113,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	160	160	4,2	3,8	7,5	86,4
			12,6	14,6	53,6	394,1
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						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50		1,0	4,5	3,9	59,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	52,7	50	1	4,5	3,9	59,5
ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/10		4,5	8,0	9,3	125,0
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	36	36	0,6	0	1,5	9,1
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,6	24,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	13	9,75	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,7	3,7
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,5	2,5	0	2	0	14,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133,3	133,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ	3,3	3,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	20,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,5	2,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70		12,6	19,0	7,9	256,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	100	60,5	10,1	8,3	0	129,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	10	10	0,8	0,1	4,6	21,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	6	6	0	4,7	0,1	35,7

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,5	12,1
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,7	0	40,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10	1,2	1,1	0,1	14,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		4,5	4,0	45,0	222,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,3	50,3	5,2	0,7	32,3	153,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,4	3,4	0	2,6	0	20,3
СОЛЬ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180		0,4	0,2	13,9	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	11	11	0,4	0,2	4,8	28,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,1	35,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			29,0	36,3	117,6	903,9
Полдник						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50		6,1	5,5	0,4	70,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,25 шт.	50	6,1	5,5	0,4	70,7
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200		1,6	1,2	9,2	54,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			8,7	6,8	16,4	157,1
Ужин 1						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ	250		6,4	6,6	30,1	200,8
КРУПА МАННАЯ	30	30	2,9	0,3	19,3	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,5	3,2	6,1	70,2
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		6,8	27,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			7,6	6,7	43,7	260,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,3	64,8	241,1	1 762,3

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		8,3	10,8	2,3	132,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60	7,2	6,5	0,4	84,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,1	1	1,9	21,6
СОЛЬ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
МОРКОВЬ	100		1,0	0,1	5,5	28,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	103,2	80	1	0,1	5,5	28,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/10		4,1	7,5	13,7	131,6
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,2	3,8	13,6	108,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,6
			17,6	22,2	35,1	400,6
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	100		2,8	2,4	3,8	48,6
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	3,8	48,6
			2,8	2,4	3,8	48,6
Обед						
САЛАТ "КАПУСТНАЯ ГРЯДКА"	50		0,8	2,8	3,9	43,7
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,7	10,1
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8,33	6,46	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,8	7,2
СОЛЬ	0,42	0,42	0	0	0	0,0
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/0/10		4,7	7,6	12,9	134,1
КАРТОФЕЛЬ	58,5	35,1	0,7	0,1	5,6	24,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	9,5	9,5	0,9	0,1	5,8	26,9
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	9,5	7,3	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,2	142,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,5	0	13,0
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4

СУФЛЕ РЫБНОЕ	70		13,1	8,1	4,9	136,0
РЫБА ГОРБУША	62,6	51,9	10,1	3,2	0	65,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	8,2	8,2	0,6	0,1	3,7	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	9,9	9,9	0,3	0,2	0,5	5,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,41 шт.	16,5	2	1,8	0,1	23,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,9	8,3	0,1	0	0,6	3,1
СОЛЬ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,5
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,5	2,5	0	2	0	14,9
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130		2,4	5,5	16,3	112,5
КАРТОФЕЛЬ	130	97,5	1,9	0,4	15,4	67,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	17	17	0,5	0,4	0,8	9,2
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	6	6	0	4,7	0,1	35,7
СОЛЬ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180		0,1		6,9	29,1
ЛИМОН	10,8	10,8	0,1	0	0,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	6,6	25,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	2,9	0,2	18,3	85,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,1	0,4	19,3	91,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			27,1	24,6	82,5	632,4
Полдник						
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	50		2,0	0,9	30,1	136,4
ПОВИДЛО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	25	25	0,1	0	16,5	66,4
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	5,0	9,9	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	210	210	5,6	5	9,9	113,4
			7,6	5,9	40,0	249,8
Ужин 1						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	250		4,6	5,4	13,3	117,5
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	300	240	4,1	0,2	10,3	60,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,5	2,8
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	15	12	0,2	0	0,7	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	0,9	4,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	0,9	3,6
СОЛЬ	3,3	3,3	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		5,9	23,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15		1,0	0,1	6,8	32,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	15	15	1	0,1	6,8	32,0
			5,8	5,5	26,0	173,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,9	60,6	187,4	1 504,7

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200		28,5	20,1	30,4	400,8
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	142,9	142,9	24,9	12,1	3,9	217,4
КРУПА РИСОВАЯ	6,1	6,1	0,4	0,1	4,1	18,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,5	0,5	0	5,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,3	0,2	0,5	5,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,3	0	1,1	5,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,1	2,4	15,2	88,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5,1	5,1	0	3,9	0,1	30,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,5	4,8	10,9	89,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	4,1	0,1	33,1
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		4,2	3,6	15,4	114,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
			34,2	28,5	56,7	604,2
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	100		0,3		6,8	28,6
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	6,1	6,1	0,3	0	2,8	12,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,6	105,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0	0	4	15,8
			0,3		6,8	28,6
Обед						
САЛАТ "ДАРЫ ПОЛЕЙ"	50		0,8	3,1	2,8	41,6
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	48	38,4	0,7	0	1,6	9,7
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,3
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,7	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0	3,1	0	26,7
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СУП СВЕКОЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С О СМЕТАНОЙ	200/0/10		4,5	7,6	9,1	121,2
СВЕКЛА	26	19,5	0,3	0	1,5	7,4
КАРТОФЕЛЬ	51,3	30,8	0,6	0,1	4,8	21,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4	0,1	0	0,5	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,5	2,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,3	10,3	0,3	1,4	0,4	14,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	18,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,3	2,3	0	1,8	0	13,7
СОЛЬ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,6	140,6	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	25,6	20,5	0,4	0	0,9	5,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ СОУСОМ	70		8,5	11,8	4,0	160,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	42,35	7,1	5,9	0	90,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,8	4,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5	0,6	0,6	0	7,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,5	12,1
СОЛЬ	2	2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,5	2,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	7,2
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		3,7	4,4	25,7	148,9
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	42,4	42	3,7	0,5	25,6	119,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
НАПИТОК "ФРУКТОВОЕ АССОРТИ "	180		0,3		13,0	53,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,3	0	5,8	25,4
САХАР ПЕСОК	7,9	7,9	0	0	7,2	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,5	0,2	16,5	94,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	30	30	2,2	0,2	13,7	63,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		1,8	0,5	23,3	107,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50	50	3,1	0,4	19,3	91,8
			21,1	27,6	94,4	727,7
Полдник						
СУХАРИКИ	50		6,9	3,1	46,9	239,4
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	95	95	6,9	3,1	46,9	239,4
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200		1,6	1,2	9,2	54,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,38	58,38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,95	145,95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
			8,5	4,3	56,1	293,8
Ужин 1						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	250		9,6	6,3	47,2	273,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	80	80	9,6	2,4	41,6	221,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,1	173,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,3		5,2	22,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
ЛИМОН	6	6	0,1	0	0,2	1,8