C=RU, OU=Заведующий, O="МБДОУ "" Детский сад N281"" г.о. Самара", CN=Михайлина Лариса Петровна, E=MLP1604@YANDEX.RU
12345678
2025.12.01 16:36:21+04'00'

Утверждаю

заведующий
МБДОУ №281 г о Самара
Михайлина ЛП

МЕНЮ

Ясли 12 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 ВЯЗКАЯ		150	5,9	5,5	27,4	179,5
КРУПА МАННАЯ	30	30	2,9	0,3	19,3	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	115	115	3	2,8	5,4	62,1
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,7	10,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
БАТОН "НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,7	10,8	56,0
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,7	10,8	56,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,3	3,7	14,1	109,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	3,8	3,4	6,6	75,6
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,2
			11,7	**9,9**	**52,3**	**345,0**
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		30	0,4	1,3	2,3	22,2
СВЕКЛА	28,5	22,8	0,3	0	1,8	8,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,5	4,6	0,1	0	0,4	1,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,7	2,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,4	1,4	0	1,3	0	11,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		150/10	4,1	7,4	10,6	120,7
КАРТОФЕЛЬ	42,6	28,7	0,6	0,1	4,6	19,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,1	24,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7	5,25	0,1	0	0,4	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,2
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	91,7	91,7	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	23,7	14,3	2,4	2	0	30,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ТУШЕНАЯ С КУРАМИ		160/15	9,1	9,1	19,7	197,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,9	7,5	0,1	0	0,5	2,8
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10,2	7,9	0,1	0	0,5	2,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,1	0	0,2	1,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	35,6	35,6	4,3	1,1	18,5	98,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,7	54,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ	0,7	0,7	0	0	0	0,0

МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,1	3,1	0	2,4	0	18,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44,4	26,9	4,5	3,7	0	57,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,2		12,5	51,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0,2	0	4,9	21,2
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0	0	7,6	29,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			16,4	**18,1**	**61,9**	**470,7**
Полдник						
Рогалик с джемом		50	4,4	5,7	29,4	180,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3	0,4	19,1	90,2
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,7	2,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,9	1,9	0	1,5	0	11,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,7	1	0,8	0,1	10,9
ДРОЖЖИ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,2	0,5	5,4
ПОВИДЛО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15	15	0,1	0	9	35,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,8	7,4	85,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,2	3,8	7,4	85,1
			8,6	**9,5**	**36,8**	**266,0**
Ужин 1						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ		200	3,5	4,6	11,0	96,4
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	220	176	3	0,2	7,6	44,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	19	14,25	0,2	0	0,9	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	15,8	0,2	0	1,2	5,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	0,9	3,6
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		4,9	19,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			5,0	**4,7**	**25,0**	**158,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**41,7**	**42,2**	**176,0**	**1 240,2**

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ		150	5,8	6,9	25,5	182,9
Рис	25	25	2,8	0,7	16	79,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3	2,7	5,3	60,8
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,1	16,2
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0	3,5	0,1	26,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		30	4,1	6,7	13,7	125,6
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
СЫР РОССИИСКИИ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	3,6	3,2	13,0	97,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,5	3,2	6,1	70,2
			13,5	**16,8**	**52,2**	**406,1**
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		30	0,3		0,6	5,0
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	48	42,2	0,3	0	0,6	5,0
БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	5,1	9,2	8,1	134,2
СВЕКЛА	20	15	0,2	0	1,2	5,7
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1	6,0
КАРТОФЕЛЬ	35	22,75	0,5	0,1	3,5	15,8
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8	6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,5	2,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,3
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	110,6	110,6	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	34,6	20,9	3,5	2,9	0	44,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,3	0,3	13,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,7	2,7	0	2,5	0	21,9
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРАМИ		160/20	8,8	9,9	21,0	207,1
КАРТОФЕЛЬ	184	124,2	2,4	0,5	19,6	86,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10,4	8,1	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,4	8,7	0,1	0	0,6	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,1	0	0,3	1,4

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	36,3	6,1	5	0	77,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		150	0,3	0,1	10,4	48,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	9,2	9,2	0,3	0,1	4	23,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,9	0,3	11,6	55,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	30	30	1,9	0,3	11,6	55,1
			17,8	**19,6**	**60,8**	**492,7**
Полдник						
ЛАКОМКА		50	7,1	7,3	11,3	130,5
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	33,3	33,3	5,8	2,8	0,9	50,7
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0	0	4	15,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,1	7,1	0,8	0,1	4,6	21,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,3	0,5	0,5	0	6,1
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,7	6,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,8	7,4	85,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,2	3,8	7,4	85,1
			11,3	**11,1**	**18,7**	**215,6**
Ужин 1						
САЛАТ ИЗ ЛУКА		30	0,4	2,4	2,2	31,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	32,2	27	0,4	0,1	2,2	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,3	0	20,7
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ		150	22,5	11,7	1,9	194,8
РЫБА ГОРБУША	98,6	81,8	16	5	0	103,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,15 шт.	46,1	5,6	5	0,3	65,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	34	34	0,9	0,8	1,6	18,4
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		5,5	22,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6	0	0	5,1	20,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			24,5	**14,2**	**18,7**	**291,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**67,1**	**61,7**	**150,4**	**1 406,1**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ		150	5,7	6,0	24,4	171,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	25	25	2,8	0,3	15,5	74,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	2,9	2,6	5,2	59,4
СОЛЬ	0,8	0,8	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
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,0	13,7	93,8
БАТОН" НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,9	13,6	70,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	3,4	3,0	10,5	85,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,9	0,9	0,1	0	0,5	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,1	16,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125	125	3,3	3	5,9	67,5
			11,0	**13,0**	**48,6**	**351,3**
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ		30	0,5	2,5	2,1	32,6
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	21	16,8	0,3	0	0,7	4,2
СВЕКЛА	9	7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	6	4,7	0,1	0	0,3	1,4
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,6	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,7	2,7	0	2,5	0	21,9
РАССОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	4,1	7,1	10,1	117,6
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7,7	6	0,1	0	0,4	1,9
КАРТОФЕЛЬ	46,4	31,3	0,6	0,1	4,9	21,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,5	2,5
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	9	7,9	0,1	0	0,1	0,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6,2	6,2	0,6	0,1	3,7	17,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	23,2	14	2,3	2	0	30,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,6	0,6	0	0	0,1	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ		50	6,2	8,6	2,5	115,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	7	0,1	0	0,5	2,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	55	33,28	5,6	4,6	0	71,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,5	7,6

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	13,8
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,1	0	0,3	1,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	7,2
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ		100	9,9	2,3	19,7	133,0
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	45	45	9,9	0,7	19,7	121,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,4	152,4	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		150	0,5		11,9	49,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	9,2	9,2	0,5	0	4,3	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0	0	7,6	29,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			23,8	**20,8**	**63,1**	**527,5**
Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		50	4,0	6,0	22,0	152,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3	0,4	19,1	90,2
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,7	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,3	3,3	0	3,1	0	26,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,5	0,5	0	5,7
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	8,1
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,5	6,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,8	7,4	85,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,2	3,8	7,4	85,1
			8,2	**9,8**	**29,4**	**237,2**
Ужин 1						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		30	0,3		0,6	5,0
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	48	42,2	0,3	0	0,6	5,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,8	2,2	22,5	111,0
КАРТОФЕЛЬ	220	143	2,8	0,6	22,5	99,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
СОЛЬ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		4,4	18,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0	0	4	15,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			4,7	**2,3**	**36,6**	**176,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**47,7**	**45,9**	**177,7**	**1 292,8**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		45	0,9	4,0	3,5	53,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	47,4	45	0,9	4	3,5	53,6
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		90	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	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		35	2,9	6,1	13,7	115,7
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 РОССИИСКИИ	5	4,85	1	1,3	0	15,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4,3	3,8	12,6	106,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	160	160	4,2	3,8	7,5	86,4
			16,4	**24,7**	**32,1**	**408,3**
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		30	0,6	1,5	2,6	25,3
СВЕКЛА	32,7	25,4	0,4	0	2	9,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,5	4,6	0,1	0	0,4	1,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,1	0	0,2	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,7	2,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,6	1,6	0	1,5	0	13,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	4,1	5,3	11,3	104,6
КАРТОФЕЛЬ	61,5	43,1	0,9	0,2	6,8	29,9
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7,7	6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,7	6,5	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,7	99,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,5	5,5	0,6	0,1	3,5	16,6
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,3	0	0	0	0,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,1	0,6	0,1	5,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	23,1	14	2,3	2	0	30,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ		160	12,1	12,2	14,6	221,1
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,9	0,6	0,1	5,3	23,7

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	19,4
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	152	121,6	2,1	0,1	5,2	30,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,1	0	0,5	2,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	80	48,4	8,1	6,7	0	103,7
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8,3	6,4	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,7	3,7
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,5	0,5	0	5,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,5	12,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,2		11,0	45,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0,2	0	4,9	21,2
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,1	24,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			19,6	**19,3**	**56,3**	**475,6**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		40	2,9	3,7	27,1	150,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	2,9	3,7	27,1	150,1
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,5	4,1	7,9	91,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	169	169	4,5	4,1	7,9	91,3
			7,4	**7,8**	**35,0**	**241,4**
Ужин 1						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		80	1,3	4,1	8,3	75,3
КАРТОФЕЛЬ	48	32,4	0,6	0,1	5,1	22,4
СВЕКЛА	26,67	20,67	0,3	0	1,6	7,8
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10,67	8,27	0,1	0	0,5	2,6
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	13,33	11,73	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	4	0	36,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,27	10,3	0,1	0	0,7	3,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	5	3,25	0,1	0	0,2	1,2
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ		90	15,4	8,2	5,4	149,1
РЫБА ГОРБУША	79,9	66,3	12,9	4	0	83,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15,9	15,9	0,5	0,4	0,7	8,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,6	1,2	1,1	0,1	14,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,1	1,1	0	1	0	8,9
СОЛЬ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	10	10	0,8	0,1	4,6	21,3
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		7,5	30,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0	0	7,1	28,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	13,7	63,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	30	30	2,2	0,2	13,7	63,9
			19,1	**12,5**	**34,9**	**318,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**62,5**	**64,3**	**158,3**	**1 443,9**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130	16,4	11,4	25,8	262,0
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	75	75	13	6,4	2,1	114,1
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,5	29,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,6	14,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,2	0,5	5,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1	1	0,1	0	0,5	2,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	25	25	1,7	2	12,6	73,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,3	2,3	0	1,8	0	13,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	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		190	4,3	3,8	14,5	112,2
КАКАО-ПОРОШОК	1,9	1,9	0,5	0,3	0,2	5,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	142,5	142,5	3,8	3,5	6,7	77,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57	57	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	7,6	30,2
			22,6	**20,0**	**54,0**	**474,0**
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА		30	0,4	2,4	2,2	31,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	32,1	27	0,4	0,1	2,2	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,3	0	20,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		150/10	6,7	6,3	13,2	132,6
КАРТОФЕЛЬ	60	39	0,8	0,2	6,1	27,0
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,2	14,2	3,1	0,2	6,2	38,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,5	2,5
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8	6	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,4	2,4	0	1,9	0	14,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,1	142,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
АЗУ		160/25	10,1	11,3	19,6	222,9
КАРТОФЕЛЬ	180	117	2,2	0,5	18,4	81,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,8	0	24,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,0

ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	15	13,2	0,1	0	0,2	1,5
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,1	23,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	75	45,38	7,6	6,2	0	97,2
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,3	2,3	0	1,8	0	13,7
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		150	0,3	0,1	13,1	59,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	9,2	9,2	0,3	0,1	4	23,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,1	35,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			20,1	**20,4**	**64,9**	**526,1**
Полдник						
ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ		60	4,4	5,1	31,9	184,4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	0,9	3,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,3	0,3	0,5	6,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,5	2,5	0	2	0	14,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,8	33,8	3,5	0,4	21,5	101,6
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	18,6
СОЛЬ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15	15	0,1	0	9	35,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		140	4,0	3,5	6,9	79,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	147	147	4	3,5	6,9	79,4
			8,4	**8,6**	**38,8**	**263,8**
Ужин 1						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		30	0,6	2,5	2,1	32,1
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,6	2,5	2,1	32,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		170	6,0	3,1	36,9	193,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	57,6	57,6	6	0,7	36,9	175,2
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
СОЛЬ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			8,2	**5,7**	**54,9**	**294,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**59,3**	**54,7**	**212,6**	**1 558,8**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		150	5,2	6,0	27,7	182,3
КРУПА РИСОВАЯ	13	13	0,9	0,1	8,7	39,0
ПШЕНО	15	15	1,6	0,4	9,6	47,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,7	2,4	4,7	54,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4	4	0	3,1	0,1	23,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		20	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 РОССИИСКИИ	10	9,7	2,2	2,7	0	31,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	3,4	3,0	12,8	94,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,4	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125	125	3,3	3	5,9	67,5
			12,7	**16,5**	**54,2**	**408,8**
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		30	0,5	1,0	3,2	23,8
СВЕКЛА	36	27	0,4	0	2,2	10,2
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	2	2	0,1	0	1	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	1	0	9,0
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	3,9	6,6	5,7	95,6
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,5	3,1
КАРТОФЕЛЬ	36	23,4	0,5	0,1	3,6	16,2
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7	5,25	0,1	0	0,4	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,4	2,4	0	1,9	0	14,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	94,7	94,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,3	0,3	13,0
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	15,13	2,6	2,1	0	32,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,2	0	10,5
ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ		160/15	6,7	8,3	19,7	175,8
КАРТОФЕЛЬ	180	117	2,2	0,5	18,4	81,1
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7,8	6,2	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,6	0,1	0	0,5	2,4

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,1	36,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	42	25,4	4,2	3,5	0	54,5
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3	3	0	2,4	0	17,8
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		150	0,3		9,7	40,2
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	6,7	6,7	0,3	0	3,1	14,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,3	7,3	0	0	6,6	26,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			14,0	**16,2**	**55,1**	**414,8**
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		50	8,9	6,1	9,3	121,7
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	45	45	7,8	3,9	1,3	68,5
КРУПА МАННАЯ	2,1	2,1	0,2	0	1,4	6,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1	0,1	0,1	0	1,5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,8	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,1	0,1	0	0,1	0	0,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	4,1	4,1	0,1	0,1	0,2	2,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,7	0,8	4,6	26,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,4	1,4	0	1,1	0	8,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,9	7,6	87,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	161,5	161,5	4,3	3,9	7,6	87,2
			13,2	**10,0**	**16,9**	**208,9**
Ужин 1						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ		150	2,6	3,7	7,4	71,7
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	170	136	2,3	0,1	5,8	34,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,8
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	11,5	8,7	0,1	0	0,5	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,7	0,1	0	0,7	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,2	2,2	0	1,7	0	13,1
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		50	10,2	4,3	6,5	101,0
РЫБА ГОРБУША	65	42,9	8,4	2,6	0	54,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,2	0,7	0,6	0	7,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,5	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1	1	0,1	0	0,5	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,1	1,1	0	1	0	8,9
СОЛЬ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180			3,4	13,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,1	0,1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,4	131,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,4	13,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			14,2	**8,1**	**26,4**	**228,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**54,1**	**50,8**	**152,6**	**1 261,4**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ		150	4,5	5,7	25,5	170,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	2,9	2,6	5,2	59,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	24,9	24,9	1,6	0,2	16,7	74,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,7	3,7	0	2,9	0	22,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,6	14,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	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	3,1	2,6	11,8	86,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,2	0	1,1	5,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,7	64,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,5	21,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	2,9	2,6	5,2	59,4
			9,5	**13,1**	**51,0**	**356,5**
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		30	0,5	1,4	1,8	21,3
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1	6,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	5	3,9	0,1	0	0,3	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,4	0	12,2
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,8
СОЛЬ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	4,0	5,7	7,1	93,5
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,3	7,6
КАРТОФЕЛЬ	41,3	27,8	0,6	0,1	4,4	19,3
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7,5	5,8	0,1	0	0,4	1,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2	2	0	1,6	0	11,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,8	0,2	8,6
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,2	0	10,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	23,3	14,1	2,4	2	0	30,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,3
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ		50	5,7	8,3	2,0	108,3
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,4	2,4	0	1,9	0	14,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,2	0,1	0	0,4	1,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	52,1	31,5	5,2	4,4	0	67,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,2	5,7

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,3	1,3	0	1,2	0	10,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	7,2
СОЛЬ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,1	0	0,2	1,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	4,6	2,3	28,2	146,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44	44	4,6	0,6	28,2	133,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,2	2,2	0	1,7	0	13,1
СОЛЬ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		180	0,4	0,2	13,0	60,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	11	11	0,4	0,2	4,8	28,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,2	32,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	13,7	63,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	30	30	2,2	0,2	13,7	63,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			18,6	**18,3**	**73,5**	**531,0**
Полдник						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4,7	5,8	25,6	166,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,5	37,5	3,9	0,5	23,8	112,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,5	2,4
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,6	2,5
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,7	2,7	0	2,1	0	16,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	20,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,2	0,3	0	0,3	0	2,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	14,2	14,2	0,4	0,4	0,7	7,7
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,9	2,5	9,4	74,1
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,7	2,4	4,7	54,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,6	18,0
			7,6	**8,3**	**35,0**	**240,4**
Ужин 1						
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		200	4,3	3,9	26,9	150,8
КАРТОФЕЛЬ	222,2	155,6	2,9	0,6	24,5	107,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,2	2,4	27,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,7	2,7	0	2,1	0	16,0
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		4,0	16,4
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	4	4	0	0	3,6	14,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			5,9	**4,0**	**40,0**	**209,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**41,6**	**43,7**	**199,5**	**1 337,8**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		40	0,7	2,1	3,5	34,3
СВЕКЛА	43,6	33,8	0,5	0	2,7	12,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,1	0,1	0	0,5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	17,8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		90	9,3	9,2	2,4	125,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,7 шт.	68	8,2	7,3	0,5	96,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,1	1	1,9	21,6
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	0,9	0	8,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		25/5/10	2,9	6,1	13,7	115,7
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 РОССИИСКИИ	5	4,85	1	1,3	0	15,9
КАКАО С МОЛОКОМ		185	4,2	3,7	13,5	107,1
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	6,6	25,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	143,9	143,9	3,9	3,5	6,8	77,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,4	1,4	0,3	0,2	0,1	3,6
			17,1	**21,1**	**33,1**	**382,9**
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		30	0,3		0,6	5,0
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	48	42,2	0,3	0	0,6	5,0
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	4,3	5,6	12,3	113,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	23	13,9	2,3	2	0	29,8
КАРТОФЕЛЬ	45,9	31	0,6	0,1	4,9	21,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	10	0,9	0,1	6,1	28,4
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8,3	6,4	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	7	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,3	2,3	0	1,8	0	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124	124	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	15,8
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРАМИ		160/17	6,9	9,8	13,9	168,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,1	34,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	15	11,25	0,1	0	0,7	3,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,6	11,5	0,2	0	0,8	4,2
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	65	52	0,9	0,1	2,2	13,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,04	0,04	0	0	0	0,0

МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5	5	0	3,9	0,1	29,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6	3,9	0,1	0	0,3	1,4
КАРТОФЕЛЬ	88,7	59,9	1,1	0,2	9,5	41,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44	26,62	4,4	3,7	0	57,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3		14,9	61,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,3	0	5,8	25,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,1	35,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			14,4	**15,7**	**58,5**	**427,6**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,5	4,1	7,9	90,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	168	168	4,5	4,1	7,9	90,7
			7,5	**8,0**	**37,7**	**257,5**
Ужин 1						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		80	1,1	4,1	7,5	71,3
КАРТОФЕЛЬ	40	27	0,5	0,1	4,3	18,7
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	25	18,75	0,2	0	1,3	6,6
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	18	15,9	0,1	0	0,3	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,9	15,9	0,2	0	1,3	6,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6	3,9	0,1	0	0,3	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	4	0	36,0
ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ		100	12,7	8,0	5,0	133,6
РЫБА ГОРБУША	63,3	52,6	10,3	3,2	0	66,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	8,3	8,3	0,6	0,1	3,8	17,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,2	0,5	5,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12	1,4	1,3	0,1	16,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,6	3,1
СОЛЬ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,5
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		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			15,4	**12,2**	**27,5**	**271,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**54,4**	**57,0**	**156,8**	**1 339,4**

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130	19,3	13,3	27,2	294,7
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	90	90	15,7	7,6	2,5	136,9
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,5	29,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,5
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	3,8	15,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10,4	10,4	0,3	0,2	0,5	5,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,4	1,4	0,2	0	0,8	3,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	26	26	1,8	2,1	13,1	76,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,1	3,1	0	2,4	0	18,5
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		190	4,2	3,6	13,8	108,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,9	1,9	0,2	0	0,9	4,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,5	47,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,4	6,4	0	0	5,8	23,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4	3,6	7,1	81,0
			25,4	**21,7**	**54,7**	**502,9**
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА		30	0,4	2,4	2,2	31,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	32,1	27	0,4	0,1	2,2	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,3	0	20,7
СУП СВЕКОЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150/10	4,0	6,8	8,1	107,8
СВЕКЛА	30	22,5	0,3	0	1,8	8,6
КАРТОФЕЛЬ	37,5	25,3	0,5	0,1	4	17,6
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	7,7	6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,4	0,4	14,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	17,8
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,7	1,7	0	1,3	0	10,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	22,5	13,6	2,3	1,9	0	29,2
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	22,5	18	0,3	0	0,7	4,5
АЗУ		160/15	7,3	8,6	22,0	190,4
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,7	2,7	0	2,1	0	16,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,8	0,1	0	0,5	2,5
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	8,3	6,4	0,1	0	0,4	2,0

ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	6,4	5,6	0	0	0,1	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	19,4
КАРТОФЕЛЬ	205	133,25	2,6	0,5	21	92,3
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44,4	26,9	4,5	3,7	0	57,6
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		150	0,5		11,6	47,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	9,2	9,2	0,5	0	4,3	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,3	28,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	7,7	36,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	20	20	1,2	0,2	7,7	36,7
			14,8	**18,1**	**60,7**	**457,3**
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	4,2	4,1	23,5	143,8
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,5	6,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,7	16,7	0,5	0,4	0,8	9,0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,7	1,7	0	1,3	0	10,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	16,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,3	33,3	3,4	0,4	21,2	100,1
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,5
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	3,8	7,4	85,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,2	3,8	7,4	85,1
			8,4	**7,9**	**30,9**	**228,9**
Ужин 1						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		200	5,6	4,7	22,4	151,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	31,8	31,8	3,8	0,9	16,6	88,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,6	58,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	70	70	1,8	1,7	3,3	37,8
СОЛЬ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,5	9,7
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2,7	2,7	0	2,1	0	16,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		4,0	16,4
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	4	4	0	0	3,6	14,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,4	0,1	9,1	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20	20	1,4	0,1	9,1	42,7
			7,2	**4,8**	**35,5**	**210,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**55,8**	**52,5**	**181,8**	**1 399,8**