



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						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,47	2,24	0,14	30,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,100	2,47	2,24	0,14	30,61
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,20	4,75	9,75	80,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,81	3,23	19,71	129,10
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	26,263	26,000	2,90	0,33	17,12	82,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	4,50	3,88	7,45	83,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
			10,87	11,61	42,37	310,32
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50		1,36	3,76	4,80	40,13
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	48,200	41,000	0,33	0,04	0,70	5,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,000	7,500	0,11	0,02	0,62	3,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200		1,47	2,46	7,18	59,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45,800	36,700	0,64	0,04	1,67	9,97
КАРТОФЕЛЬ	46,330	27,800	0,54	0,11	4,39	20,77
МОРКОВЬ	10,400	7,800	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,600	5,600	0,08	0,01	0,45	2,23
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,700	1,700	0,00	1,65	0,00	14,82

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,400	4,400	0,11	0,64	0,15	8,79
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		80	13,02	16,38	0,56	208,55
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	74,700	68,000	12,01	12,13	0,00	156,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,750	1,750	0,01	1,40	0,01	12,70
МУКА РИСОВАЯ	1,575	1,575	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,192	20,192	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,400	15,400	0,39	2,24	0,52	30,77
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	3,680	3,350	0,59	0,60	0,00	7,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,00	0,00	0,01	0,07
МОРКОВЬ	0,230	0,170	0,00	0,00	0,01	0,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,02	0,01	0,00	0,18
МОРКОВЬ	0,240	0,180	0,00	0,00	0,01	0,06
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,33	5,83	28,57	137,06
КАРТОФЕЛЬ	188,330	113,000	2,19	0,44	17,87	84,40
МОРКОВЬ	61,330	46,000	0,58	0,05	3,07	15,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			22,53	29,45	82,29	635,96
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,43	0,05	3,94	41,30
МОРКОВЬ	36,000	27,000	0,34	0,03	1,80	9,17
ЯБЛОКИ	25,000	22,000	0,09	0,09	2,10	10,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ		200	17,87	18,00	23,92	332,93
ГОВЯДИНА Б/К	80,500	72,500	13,09	11,25	0,00	153,31
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125,000	100,000	1,75	0,10	4,56	27,16
КРУПА РИСОВАЯ	19,190	19,000	1,29	0,18	13,64	61,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,875	15,000	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.137 шт.	5,514	0,68	0,61	0,04	8,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,000	4,000	0,42	0,05	2,72	12,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,250	6,250	0,16	0,91	0,21	12,49
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,875	1,875	0,19	0,02	1,27	6,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,750	18,750	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,500	2,500	0,09	0,00	0,29	1,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,00	0,00	0,00	0,00
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19

-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ		50	2,31	2,64	23,00	115,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,000	20,000	2,10	0,25	13,56	64,80
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,019	0,37	0,34	0,02	4,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,700	5,700	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	11,000	11,000	1,92	0,96	0,32	18,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,700	0,700	0,00	0,56	0,01	5,08
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,800	0,800	0,10	0,02	0,02	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,018	0,018	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,015 шт.	0,604	0,08	0,07	0,00	0,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,600	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			25,52	24,15	86,32	666,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,84	68,21	224,04	1 702,47

ДЕНЬ 2

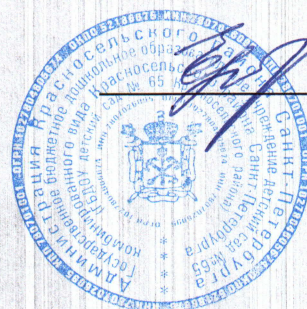
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		2,72	5,15	27,93	168,94
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,90	39,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,51	6,09	18,50	150,95
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	3,10	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	4,78	4,12	7,92	89,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
-КАКАО С МОЛОКОМ	200		1,98	1,55	9,25	59,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	1,32	1,14	2,19	24,62
КАКАО-ПОРОШОК	2,800	2,800	0,66	0,41	0,28	7,85
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			12,21	12,79	55,68	379,45
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200		3,27	2,00	19,16	132,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,000	158,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	6,700	6,000	0,41	0,06	4,31	19,38
КАРТОФЕЛЬ	90,000	54,000	1,05	0,21	8,54	40,33
МОРКОВЬ	9,330	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,900	5,000	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,011	0,011	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,842	0,800	0,03	0,00	0,06	0,38
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	60,000	30,000	4,66	0,17	0,00	20,08
-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	10,14	9,11	12,92	153,97
ГОВЯДИНА Б/К	57,000	51,300	9,25	7,96	0,00	108,48
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,400	8,400	0,61	0,23	4,19	21,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,200	11,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,120	4,300	0,06	0,01	0,34	1,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,230	0,230	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,31	0,04	2,04	9,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)		130	2,29	7,80	18,00	136,45
КАРТОФЕЛЬ	93,330	56,000	1,09	0,21	8,86	41,83
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
МОРКОВЬ	21,330	16,000	0,20	0,02	1,07	5,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,200	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,23	0,03	1,52	7,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,428	6,428	0,16	0,93	0,21	12,84
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,000	3,000	0,11	0,00	0,34	1,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,28	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,28	0,31	14,84	71,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50,000	50,000	3,75	1,45	25,70	131,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-		200	0,32	0,13	10,08	45,04
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	34,364	33,000	0,32	0,13	2,34	14,08
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,45	20,85	103,55	676,45
Полдник						
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ		180/20	8,18	6,70	22,80	187,50
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	28,98	14,49	4,83	272,12
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	2,30	0,22	15,75	73,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,00	0,00	10,65	42,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.119 шт.	4,790	0,59	0,53	0,03	7,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,16	0,87	0,20	11,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	5,300	5,300	0,27	0,02	2,62	11,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,000	12,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18,000	18,000	0,00	0,00	17,42	69,67
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,32	4,59	8,80	99,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189,000	189,000	5,32	4,59	8,80	99,00
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		50	2,39	3,05	22,90	130,33
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,120	21,120	2,21	0,26	14,32	68,42
САХАР ПЕСОК	1,518	1,518	0,00	0,00	1,46	5,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,277	2,277	0,01	1,82	0,02	16,52
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,058 шт.	2,335	0,29	0,26	0,02	3,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,264	0,264	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕННЫЕ	0,749	0,749	0,10	0,01	0,02	0,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,610	5,610	0,00	0,00	0,00	0,00

ПОВИДЛО	18,000	18,000	0,07	0,00	11,52	46,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.025 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
БАНАН		100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,860	100,000	1,50	0,50	21,00	96,00
			17,39	14,84	75,50	512,83
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,53	51,48	247,77	1 658,76

50
77

03
76



ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50		5,79	5,04	17,99	141,35
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,000	13,640	3,16	4,02	0,00	49,65
-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,92	6,52	26,80	193,78
КРУПА МАННАЯ	24,000	24,000	2,40	0,23	16,43	76,59
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	4,50	3,88	7,45	83,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200		4,22	3,57	29,78	169,02
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	147,000	147,000	4,13	3,57	6,85	77,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,000	40,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	16,000	16,000	0,00	0,00	15,49	61,92
КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ	9,000	9,000	0,09	0,00	7,44	30,10
			16,93	15,13	74,57	504,15
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200		6,20	2,70	4,70	171,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	22,600	22,600	0,00	0,00	2,13	93,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,12	5,70	17,76	260,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50		2,04	4,66	6,01	91,05
СВЕКЛА	54,670	41,000	0,60	0,04	3,50	16,70
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,600	6,000	1,39	1,77	0,00	21,84
ЧЕСНОК	0,160	0,125	0,01	0,00	0,04	0,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10		3,11	3,81	22,53	154,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	18,000	18,000	4,02	0,28	8,40	52,21
КАРТОФЕЛЬ	91,670	55,000	1,07	0,21	8,70	41,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,200	7,000	0,10	0,01	0,55	2,78

МОРКОВЬ	9,330	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,750	15,750	1,14	0,45	7,86	40,03
-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		9,95	9,46	10,72	154,00
ГОВЯДИНА Б/К	80,000	72,000	12,99	11,17	0,00	152,25
МОРКОВЬ	18,670	14,000	0,17	0,01	0,94	4,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,200	2,200	0,00	2,13	0,00	19,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,100	2,100	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		2,02	3,72	24,64	136,76
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30,300	30,000	3,67	0,96	16,62	89,63
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,000	100,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,500	3,500	0,02	2,80	0,03	25,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,63	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,63	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50,000	50,000	3,75	1,45	25,70	131,00
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,64	0,11	17,94	75,43
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,000	22,000	0,64	0,11	11,16	48,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210,000	210,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			23,14	23,43	118,14	793,23
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,43	0,05	3,94	41,30
МОРКОВЬ	36,000	27,000	0,34	0,03	1,80	9,17
ЯБЛОКИ	25,000	22,000	0,09	0,09	2,10	10,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75		10,35	7,47	10,01	130,40
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	100,750	67,500	10,48	0,40	0,00	45,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,800	2,800	0,29	0,04	1,90	9,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,870 шт.	35,018	4,32	3,91	0,24	53,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,500	9,500	0,27	0,23	0,45	4,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,090	0,090	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,02	0,00	5,85	23,46
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,100	0,100	0,02	0,00	0,04	0,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,400	194,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130		1,25	4,91	21,01	138,44
КАБАЧКИ	188,933	141,700	0,82	0,42	6,32	32,99
МУКА РИСОВАЯ	1,300	1,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,500	4,500	0,02	3,60	0,04	32,65
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,000	13,000	0,33	1,89	0,45	25,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,325	0,325	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,300	1,300	0,00	0,00	1,26	5,03
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	30		1,31	2,85	20,37	121,35
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ	30,000	30,000	1,31	2,85	20,37	121,35
			15,31	15,54	73,90	516,14

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	64,50	59,80	284,37	2 074,50
----------------	-------	-------	--------	----------



Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		0,99	4,07	17,18	107,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,90	39,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20		8,30	6,21	12,59	138,18
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2.236 шт.	89,999	11,09	10,04	0,61	137,06
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40,000	40,000	1,13	0,97	1,86	20,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,700	3,700	0,02	2,96	0,03	26,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
			10,68	11,67	42,54	316,11
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		3,22	4,23	18,99	112,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,300	183,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	51,870	38,900	0,56	0,04	3,32	15,85
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
КАРТОФЕЛЬ	33,330	20,000	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,300	7,800	0,11	0,02	0,62	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,700	1,700	0,00	1,65	0,00	14,82
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74

ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,400	4,400	0,11	0,64	0,15	8,79
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	26,700	20,000	3,61	3,10	0,00	42,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80		10,46	7,47	20,96	150,28
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	86,000	80,000	13,89	2,87	0,00	98,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,125	13,125	0,33	1,91	0,45	26,23
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,625	2,625	0,27	0,03	1,78	8,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,875	21,875	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,500	3,500	0,13	0,00	0,40	2,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		1,65	8,53	23,32	158,90
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,000	32,000	3,41	0,41	21,88	104,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,25	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50,000	50,000	3,25	0,44	21,20	101,98
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50,000	50,000	3,75	1,45	25,70	131,00
			23,63	22,35	131,20	738,94
Полдник						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50		1,45	3,01	3,04	44,83
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,667	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160		6,03	7,27	28,57	218,74
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	217,308	113,000	2,75	0,33	4,61	32,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	37,000	37,000	1,04	0,90	1,73	19,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МУКА РИСОВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,571	0,571	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	15,000	15,000	1,92	0,00	8,95	43,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,000	6,000	0,00	5,81	0,00	52,32
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45		2,98	2,27	2,39	42,28
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,690	0,690	0,09	0,01	0,01	0,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,900	14,900	2,60	1,30	0,44	24,42
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,700	0,09	0,08	0,00	1,07
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,00	0,00	0,78	3,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,700	0,700	0,08	0,01	0,48	2,27
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
МАНДАРИН		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			13,82	15,55	54,44	411,85
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,61	52,57	241,22	1 556,93

**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						
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,25	5,21	10,24	95,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,400	14,000	3,25	4,13	0,00	50,96
-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,46	6,14	17,07	149,33
КРУПА РИСОВАЯ	12,121	12,000	0,81	0,12	8,61	38,76
ПШЕНО	12,121	12,000	1,34	0,32	8,20	40,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	4,28	3,69	7,08	79,62
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,32	4,59	8,80	99,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189,000	189,000	5,32	4,59	8,80	99,00
			14,03	15,94	36,11	343,33
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,85	2,50	3,84	41,40
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40,000	40,000	0,72	0,04	1,20	9,20
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,188	5,750	0,07	0,01	0,18	1,15
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		4,07	4,20	16,39	125,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,000	172,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	96,670	58,000	1,13	0,22	9,17	43,32
МОРКОВЬ	10,270	7,700	0,10	0,01	0,51	2,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	28,000	21,000	3,79	3,26	0,00	44,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,360	1,980	0,03	0,00	0,16	0,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,980	1,980	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.038 шт.	1,530	0,18	0,17	0,01	2,33

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,130	0,130	0,00	0,00	0,00	0,00
-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15		11,33	10,67	34,34	214,58
КАРТОФЕЛЬ	218,330	131,000	2,54	0,50	20,71	97,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	85,600	77,000	13,89	11,95	0,00	162,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,500	13,000	0,17	0,03	1,04	5,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,270	0,270	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,000	4,000	0,51	0,00	2,39	11,59
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.05 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	7,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,750	0,750	0,00	0,60	0,01	5,44
МУКА РИСОВАЯ	0,675	0,675	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,500	7,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,120	0,120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,250	5,250	0,14	0,77	0,17	10,50
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУХОЙ	23,000	23,000	0,76	0,31	10,78	63,36
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,63	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,63	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,00	1,16	20,56	104,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40,000	40,000	3,00	1,16	20,56	104,80
			21,65	19,06	101,49	621,14
Полдник						
-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80		7,77	5,36	10,47	122,55
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	62,400	54,400	8,44	0,32	0,00	36,41
МОРКОВЬ	21,330	16,000	0,20	0,02	1,07	5,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,400	0,09	0,01	0,50	2,54
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,400	6,400	0,47	0,18	3,19	16,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,000	8,000	0,22	0,19	0,37	4,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.199 шт.	8,010	0,99	0,89	0,06	12,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150		2,04	5,28	24,10	140,59
КАРТОФЕЛЬ	141,670	85,000	1,65	0,33	13,44	63,49
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,000	7,000	0,74	0,09	4,74	22,68
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	12,000	12,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	33,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,400	0,400	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,400	194,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45		1,15	2,03	24,42	124,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,650	34,650	3,63	0,44	23,49	112,26
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,00	0,00	1,36	5,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,618	0,618	0,08	0,01	0,01	0,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
АПЕЛЬСИН		100	0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИН	142,842	100,000	0,90	0,20	8,10	43,00
			13,81	13,13	88,21	525,05
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,41	51,13	238,87	1 579,50



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						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,80	5,75	9,75	103,08
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,35	9,21	26,00	217,17
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	3,10	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,000	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150,000	150,000	4,22	3,64	6,98	78,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
			12,02	18,59	48,66	421,43
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50		1,45	3,01	3,04	44,83
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,667	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5		4,24	4,66	12,26	110,43
КАРТОФЕЛЬ	117,000	70,200	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ	8,270	6,200	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,400	6,200	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,200	109,200	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19,440	14,000	2,54	2,18	0,00	29,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	9,99

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,100	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ		70	10,40	9,47	1,62	133,27
ГОВЯДИНА Б/К	60,000	54,000	9,74	8,38	0,00	114,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,800	5,700	0,08	0,01	0,46	2,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,078 шт.	3,140	0,39	0,35	0,02	4,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,000	13,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,675	0,675	0,00	0,54	0,01	4,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,675	0,675	0,07	0,01	0,46	2,18
МОРКОВЬ	1,200	0,900	0,01	0,00	0,06	0,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,358	0,300	0,00	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,201	0,150	0,00	0,00	0,02	0,08
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,250	2,250	0,11	0,00	0,42	2,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,225	0,225	0,00	0,18	0,00	1,63
САХАР ПЕСОК	0,150	0,150	0,00	0,00	0,15	0,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,150	0,150	0,00	0,00	0,00	0,00
-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ		130	1,25	5,88	18,21	126,40
МОРКОВЬ	74,670	56,000	0,71	0,06	3,74	19,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	22,200	22,000	1,49	0,21	15,79	71,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,000	54,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,63	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,63	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,07	0,27	19,78	86,67
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200,000	200,000	1,00	0,20	20,20	86,00
			22,29	24,38	80,93	631,19
Полдник						
-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ		30	0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30,000	30,000	0,24	0,03	0,51	3,90
-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		80	9,33	5,06	8,30	144,01
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	91,400	85,000	14,76	3,06	0,00	104,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,800	4,800	0,02	3,84	0,04	34,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,800	4,800	0,50	0,06	3,26	15,55
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,000	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,199 шт.	8,010	0,99	0,89	0,06	12,20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,000	3,000	0,08	0,44	0,11	5,99
-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		150	3,83	6,85	20,52	143,08
КАРТОФЕЛЬ	213,330	128,000	2,48	0,49	20,23	95,60
МОРКОВЬ	25,330	19,000	0,24	0,02	1,27	6,45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27,381	23,000	0,31	0,05	1,83	9,15
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,000	3,000	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,000	45,000	0,00	0,00	0,00	0,00
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,64	0,11	17,94	75,43
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,000	22,000	0,64	0,11	11,16	48,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210,000	210,000	0,00	0,00	0,00	0,00

ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-		30	1,31	2,85	20,37	121,35
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ	30,000	30,000	1,31	2,85	20,37	121,35
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,600	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			17,70	15,56	90,16	595,96
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,93	61,53	232,81	1 738,56



ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		2,72	5,15	27,93	168,94
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,90	39,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20		6,59	7,57	23,41	226,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2.36 шт.	94,990	11,70	10,59	0,64	144,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,000	50,000	1,41	1,21	2,33	26,19
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,500	5,000	1,13	1,44	0,00	17,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,380	0,380	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10		0,23	0,01	10,26	43,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	16,700	10,000	0,09	0,01	0,29	3,30
			9,54	12,73	61,60	439,34
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50		1,00	4,78	13,16	42,21
СВЕКЛА	57,330	43,000	0,63	0,04	3,67	17,52
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7,500	7,500	0,39	0,02	3,83	17,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		3,41	3,03	13,78	128,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,000	156,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	83,330	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КРУПА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,31	0,05	3,23	14,54
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15,300	13,000	0,10	0,01	0,21	1,64

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,052	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,12	0,66	0,16	8,99
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО -ПОЛЬСКИ		80	8,95	4,60	6,52	131,42
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	84,173	81,000	12,57	0,48	0,00	54,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,200	16,000	0,21	0,03	1,27	6,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16,000	16,000	0,08	12,80	0,13	116,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,208 шт.	8,372	1,03	0,93	0,06	12,75
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,676	0,546	0,02	0,00	0,04	0,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,052	0,052	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	2,90	6,87	24,48	152,80
КАРТОФЕЛЬ	208,330	125,000	2,43	0,49	19,77	93,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-		180	0,29	0,12	8,90	39,89
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	30,928	30,000	0,29	0,12	2,12	12,80
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,63	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,63	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50,000	50,000	3,75	1,45	25,70	131,00
			21,93	21,07	103,14	677,20
Полдник						
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		180/20	9,68	7,62	14,46	156,93
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	28,98	14,49	4,83	272,12
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	2,30	0,22	15,75	73,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,00	0,00	10,65	42,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.119 шт.	4,790	0,59	0,53	0,03	7,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,16	0,87	0,20	11,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	1,24	1,51	2,00	26,77
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		45	1,15	2,03	24,42	124,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,650	34,650	3,63	0,44	23,49	112,26
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,00	0,00	1,36	5,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,618	0,618	0,08	0,01	0,01	0,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
ГРУША		100	0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША	142,842	100,000	0,40	0,30	10,30	47,00

	13,79	12,75	62,12	396,05
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	47,74	49,55	239,90	1 602,62



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						
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		5,50	5,00	15,42	129,56
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,400	14,000	3,25	4,13	0,00	50,96
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,06	5,71	29,15	193,12
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	1,77	0,25	18,66	83,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	4,28	3,69	7,08	79,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,01	1,77	0,02	15,97
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,20	4,48	8,60	96,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	184,800	184,800	5,20	4,48	8,60	96,80
			16,76	15,19	53,17	419,48
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200		6,20	2,70	4,70	171,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	22,600	22,600	0,00	0,00	2,13	93,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,12	5,70	17,76	260,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		1,01	2,80	3,59	22,51
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,121	50,600	0,39	0,05	1,23	6,87
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200		3,16	4,19	16,21	119,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,000	145,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	101,670	61,000	1,18	0,23	9,64	45,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,200	2,200	0,00	2,13	0,00	19,19
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30,556	22,000	3,99	3,43	0,00	46,95
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,053	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75		9,00	4,18	18,66	148,98
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	72,200	52,000	9,18	9,28	0,00	120,05

КРУПА РИСОВАЯ	5,700	5,600	0,38	0,06	4,02	18,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.194 шт.	7,809	0,96	0,87	0,05	11,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
СЫР РОССИЙСКИЙ	3,300	3,000	0,68	0,86	0,00	10,59
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)		130	2,45	5,24	14,36	118,18
КАРТОФЕЛЬ	93,330	56,000	1,09	0,21	8,86	41,83
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
РЕПА	16,216	12,000	0,17	0,01	0,72	3,72
МОРКОВЬ	21,330	16,000	0,20	0,02	1,07	5,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,200	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,23	0,03	1,52	7,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,428	6,428	0,16	0,93	0,21	12,84
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,000	3,000	0,14	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,63	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,63	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50,000	50,000	3,75	1,45	25,70	131,00
			21,90	18,26	107,30	668,75
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)		50	0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНый	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-МАКАРОННИК С МЯСОМ		200	9,10	10,59	31,71	267,47
ГОВЯДИНА Б/К	97,800	88,000	15,88	13,66	0,00	186,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,000	21,000	0,28	0,04	1,67	8,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,300	2,300	0,01	1,84	0,02	16,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	53,000	53,000	5,66	0,67	36,25	173,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	96,000	96,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,000	4,000	0,51	0,00	2,39	11,59
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.373 шт.	15,013	1,85	1,68	0,11	22,86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19
-ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,14	0,00	9,00	36,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		45	5,43	2,86	19,24	124,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	22,500	22,500	2,36	0,28	15,26	72,90
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,00	0,00	1,36	5,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,900	0,900	0,00	0,72	0,01	6,53
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,028 шт.	1,200	0,15	0,14	0,01	1,82
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,200	0,200	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,000	9,000	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,400	14,400	2,51	1,26	0,42	23,61
САХАР ПЕСОК	1,600	1,600	0,00	0,00	1,55	6,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,037 шт.	1,400	0,17	0,16	0,01	2,13
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,900	0,900	0,10	0,01	0,61	2,92
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,022 шт.	0,900	0,11	0,10	0,01	1,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,200	0,200	0,00	0,19	0,00	1,75
			17,02	13,76	75,52	496,48
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,80	52,91	253,75	1 845,69



МЕНЮ

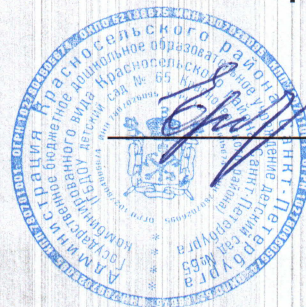
Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		0,99	4,07	17,18	107,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,90	39,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150		2,89	5,08	20,80	139,43
ПШЕНО	32,250	31,928	3,56	0,84	21,81	109,01
ТЫКВА СВЕЖАЯ	73,264	51,286	0,49	0,05	2,19	11,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70,000	70,000	1,97	1,70	3,26	36,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,786	36,786	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
-КАКАО С МОЛОКОМ	200		1,98	1,55	9,25	59,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	1,32	1,14	2,19	24,62
КАКАО-ПОРОШОК	2,800	2,800	0,66	0,41	0,28	7,85
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			5,86	10,70	47,23	306,39
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50,000	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200		4,43	4,73	15,56	116,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	34,670	26,000	0,38	0,03	2,22	10,59
КАРТОФЕЛЬ	65,000	39,000	0,76	0,16	6,17	29,13
ЩАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,62	0,07	0,43	4,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,06	0,01	0,36	1,79
МУКА РИСОВАЯ	1,600	1,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,02	3,05	0,03	27,57
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,00	0,00	1,65	6,58
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,273 шт.	10,988	1,36	1,22	0,08	16,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	13,99
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)		70	11,45	12,15	6,54	183,31
ГОВЯДИНА Б/К	64,700	58,300	10,51	9,05	0,00	123,28
КРУПА РИСОВАЯ	5,600	5,600	0,38	0,06	4,02	18,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,764	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,400	0,400	0,00	0,32	0,00	2,90
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,01	6,26	20,32	147,71
КАРТОФЕЛЬ	188,330	113,000	2,19	0,44	17,87	84,40
МОРКОВЬ	61,330	46,000	0,58	0,05	3,07	15,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУХОЙ	23,000	23,000	0,76	0,31	10,78	63,36
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,30	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,30	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
			22,97	24,65	85,53	670,72
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)		50	0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНый	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)		80	11,52	7,85	10,26	158,44
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	114,124	101,000	15,68	0,59	0,00	67,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,000	12,000	0,87	0,34	5,98	30,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,000	16,000	0,45	0,39	0,75	8,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,149 шт.	5,997	0,74	0,67	0,04	9,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,700	4,700	0,02	3,76	0,04	34,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,430	0,430	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,750	12,750	0,36	0,31	0,59	6,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,210	2,210	0,01	1,77	0,02	16,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,210	2,210	0,23	0,03	1,49	7,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,550	2,550	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,136	0,136	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		150	2,44	8,59	26,64	181,87
КАРТОФЕЛЬ	196,670	118,000	2,29	0,46	18,65	88,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,24	0,03	1,56	7,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,110	0,110	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-		200	0,23	0,03	7,57	35,99
ЛИМОН	45,000	27,000	0,23	0,03	0,79	8,90

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196,000	196,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,30	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,30	0,18	8,48	40,79
ВАФЛИ	30		0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30,000	30,000	0,84	0,99	23,19	106,20
МАНДАРИН	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			17,53	17,89	86,49	567,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,84	56,24	232,29	1 634,93

**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						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,80	5,75	9,75	103,08
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,52	2,37	19,74	117,97
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	1,77	0,25	18,66	83,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	4,28	3,69	7,08	79,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,01	1,77	0,02	15,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
			11,19	11,75	42,40	322,23
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,80	2,90	1,50	45,60
СВЕКЛА	63,330	47,500	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
-СУП ОВОЩНОЙ	200		2,25	3,27	15,18	119,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	73,077	38,000	0,92	0,11	1,55	11,06
КАРТОФЕЛЬ	86,670	52,000	1,01	0,20	8,23	38,84
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	14,667	11,000	0,14	0,00	0,52	2,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,385	4,800	0,15	0,01	0,30	1,86
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,143	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,01	1,20	0,01	10,88

-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75		16,07	10,52	12,10	211,13
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	61,500	56,000	13,58	5,32	0,00	105,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	13,500	13,500	0,98	0,38	6,73	34,31
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,000	19,000	0,53	0,47	0,88	9,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,500	7,500	0,96	0,00	4,47	21,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130		3,69	8,62	29,39	168,04
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	176,923	92,000	2,23	0,27	3,74	26,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,000	30,000	0,84	0,73	1,40	15,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МУКА РИСОВАЯ	6,500	6,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12,000	12,000	1,53	0,00	7,16	34,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,95	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,95	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			28,29	26,77	107,06	774,61

Полдник

-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,80	2,55	4,64	31,50
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58,000	40,500	0,73	0,04	1,22	9,32
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,500	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80		12,09	8,86	2,11	151,22
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	72,043	67,000	11,63	2,41	0,00	82,54
МУКА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,300	5,300	0,00	5,13	0,00	46,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,600	2,600	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,100	25,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,600	8,600	0,21	1,25	0,29	17,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		1,65	3,50	22,29	147,17
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,000	32,000	3,41	0,41	21,88	104,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,30	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,30	0,18	8,48	40,79
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45		0,27	0,88	10,93	52,66
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,690	0,690	0,09	0,01	0,01	0,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00

ПОВИДЛО	16,000	16,000	0,06	0,00	10,24	41,23
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,600	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			19,07	19,17	71,19	538,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,47	60,69	233,71	1 725,16