

МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 1



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,8	3,2	19,7	129,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	26,263	26,000	1,6	0,5	17,2	74,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	3,1	3,9	7,3	80,7
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,0	0,0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,4	1,4	12,8	71,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,3	0,0	1,5	7,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	1,6	2,0	3,8	41,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,2	4,8	9,8	80,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22,000	22,000	0,7	0,6	9,2	54,3
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	25		2,1	2,8	0,2	38,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,625 шт.	25,156	2,1	2,8	0,2	38,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,3	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,4	0,3	9,8	47,0
			10,9	12,5	52,3	365,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,9	3,0	13,1	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (от 3 лет)	110,000	110,000	4,2	3,3	13,8	101,2
			2,9	3,0	13,1	90,0
ОБЕД						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,6	2,5	10,6	47,0
ЯБЛОКИ	17,045	15,000	0,1	0,0	1,5	6,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,0	2,4	0,0	21,8
МОРКОВЬ	43,871	34,000	0,4	0,0	2,2	11,5
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		3,2	4,6	16,0	115,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,4	0,0	0,9	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,9	0,0	26,2
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,0	0,0	1,9	7,8
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,4	2,9	0,0	40,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,1	0,0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,200	3,200	0,2	0,0	0,6	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,090	0,090	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МОРКОВЬ	12,903	10,000	0,1	0,0	0,7	3,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,1	0,7	0,2	9,0
СВЕКЛА	50,300	39,000	0,6	0,0	3,3	15,9
КАРТОФЕЛЬ	28,570	20,000	0,3	0,1	3,2	14,9
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80		9,9	6,4	4,8	168,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,750	1,750	0,0	1,3	0,0	11,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,400	15,400	0,4	2,2	0,5	30,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,192	20,192	0,0	0,0	0,0	0,0
РИСОВАЯ МУКА	1,575	1,575	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,0	0,0	0,0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	74,700	68,000	13,9	1,6	0,0	72,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
МОРКОВЬ	0,219	0,170	0,0	0,0	0,0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,0	0,0	0,0	0,2
МОРКОВЬ	0,233	0,180	0,0	0,0	0,0	0,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,0	0,0	0,0	0,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	4,653	3,350	0,6	0,6	0,0	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,3	5,8	28,6	137,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
МОРКОВЬ	59,355	46,000	0,6	0,0	3,1	15,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,4	0,5	0,9	10,1
КАРТОФЕЛЬ	161,500	113,000	1,6	0,5	17,8	84,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		20	0,6	0,6	8,4	49,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,000	20,000	0,6	0,6	8,4	49,4
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,9	0,2	11,0	50,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,9	0,2	11,0	50,4
			18,7	20,9	91,1	626,0
ПОЛДНИК:						
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		50	1,4	3,8	4,8	40,0
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	48,200	41,000	0,3	0,0	0,7	5,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,000	7,500	0,1	0,0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	3,0	0,0	27,0
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ		200	8,8	8,1	25,3	255,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.137 шт.	5,500	0,5	0,6	0,0	8,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,000	4,000	0,2	0,1	3,4	12,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,875	15,000	0,2	0,0	1,2	6,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,875	1,875	0,1	0,0	1,6	6,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,250	6,250	0,2	0,9	0,2	12,5
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,500	2,500	0,1	0,0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,750	18,750	0,0	0,0	0,0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	19,190	19,000	0,7	0,2	13,7	54,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125,000	100,000	1,7	0,2	4,6	27,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,0	4,9	0,0	43,7
ГОВЯДИНА Б/К	80,500	72,500	13,1	11,3	0,0	153,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,6	2,8	12,9	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,3	1,6	2,9	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,1	0,0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ		50	2,3	2,6	23,0	116,0
ВАНИЛИН	0,018	0,018	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,700	0,700	0,0	0,5	0,0	4,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,0	0,0	2,9	11,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	11,000	11,000	1,0	0,6	0,2	12,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,0	1,0	0,0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.015 шт.	0,600	0,1	0,1	0,0	0,9
ДРОЖЖИ	0,800	0,800	0,1	0,0	0,0	0,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,000	0,3	0,3	0,0	4,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,000	20,000	1,1	0,4	17,1	64,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,700	5,700	0,1	0,1	0,3	2,9
			16,3	18,1	77,7	539,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,8	54,5	234,2	1 620,0



МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,5	6,1	18,5	151,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,0	0,0	3,4	13,6
КРУП. ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	1,4	1,6	15,6	78,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,5	0,1	32,1
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	3,3	4,2	7,8	85,7
-КАКАО С МОЛОКОМ	200		1,5	1,6	9,2	59,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,800	2,800	0,6	0,4	0,3	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	0,9	1,2	2,1	23,7
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		1,0	4,1	17,2	107,0
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,1	0,0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,000	20,000	0,6	0,6	8,4	49,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВ. "ВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
БАНАНЫ	100		0,9	0,2	8,1	43,0
БАНАН	142,842	100,000	1,1	0,0	13,2	49,0
			10,9	12,0	53,0	360,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,5	3,0	13,0	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (от 3 лет)	110,000	110,000	3,9	3,2	13,4	98,2
			2,5	3,0	13,0	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,4	0,1	2,9	7,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,2	0,0	0,8	4,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,2	0,0	0,6	3,5
ЛУК ЗЕЛЕНый	6,000	5,000	0,1	0,0	0,2	1,0
-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200		3,3	2,0	19,2	132,0
КАРТОФЕЛЬ	77,100	54,000	0,8	0,2	8,5	40,4
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	60,000	30,000	4,7	0,2	0,0	20,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,842	0,800	0,0	0,0	0,1	0,4
ЛАВРОВый ЛИСТ	0,011	0,011	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,000	158,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,900	5,000	0,1	0,0	0,4	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МОРКОВЬ	9,000	7,000	0,1	0,0	0,5	2,4
КРУПА РИСОВАЯ	6,700	6,000	0,2	0,1	4,3	17,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,5	0,0	12,8
-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		10,1	9,1	12,9	154,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,230	0,230	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	8,400	8,400	0,3	0,2	3,4	20,1
ГОВЯДИНА Б/К	57,000	51,300	9,2	8,0	0,0	108,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,5	0,0	12,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,120	4,300	0,1	0,0	0,4	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,200	11,200	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,2	0,1	2,5	9,6
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130		2,3	7,8	18,0	136,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,5	0,1	32,1
МОРКОВЬ	20,640	16,000	0,2	0,0	1,1	5,4

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,000	3,000	0,1	0,0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,1	0,0	1,9	7,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,428	6,428	0,2	1,0	0,2	12,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,0	0,0	0,0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,4	0,0	0,9	5,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,020	0,020	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	80,000	56,000	0,8	0,2	8,8	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,200	6,000	0,1	0,0	0,5	2,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35	1,4	0,9	13,7	70,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35,000	35,000	1,4	0,9	13,7	69,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	1,1	1,0	14,7	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,000	35,000	1,1	1,0	14,7	86,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-		200	0,3	0,1	10,1	45,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,0	0,0	7,8	30,9
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	34,364	33,000	0,3	0,1	2,3	14,1
			18,9	21,0	91,5	630,0
ПОЛДНИК:						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200	1,0	2,5	11,1	53,0
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ -0	30,000	30,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ		180/20	8,2	6,7	22,8	188,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	14,8	8,1	2,9	194,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,2	0,9	0,2	12,0
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	1,6	0,2	16,8	69,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.119 шт.	4,800	0,4	0,6	0,0	7,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,000	12,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	5,300	5,300	0,3	0,0	2,6	11,9
САХАР ПЕСОК	18,000	18,000	0,0	0,0	17,5	69,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,9	0,0	4,2	20,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,0	0,0	10,7	42,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,0	0,9	12,6	74,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,000	30,000	1,0	0,9	12,6	74,1
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	3,7	4,6	8,6	95,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189,000	189,000	3,7	4,6	8,6	95,4
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		50	2,4	3,1	22,9	130,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.025 шт.	1,000	0,1	0,1	0,0	1,6
ПОВИДЛО	18,000	18,000	0,1	0,0	10,1	40,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,277	2,277	0,0	1,6	0,0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,120	21,120	1,2	0,4	18,0	67,6
САХАР ПЕСОК	1,518	1,518	0,0	0,0	1,5	5,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,058 шт.	2,325	0,2	0,3	0,0	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,610	5,610	0,0	0,0	0,0	0,0
ДРОЖЖИ	0,749	0,749	0,1	0,0	0,0	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,264	0,264	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,0	1,0	0,0	8,7
			16,3	17,8	78,0	540,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,6	53,8	235,5	1 620,0

МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 3



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,6	6,0	22,5	157,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	3,1	3,9	7,3	80,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,0	0,0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
КРУПА МАННАЯ	24,000	24,000	1,6	0,2	17,6	72,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25		0,8	0,7	10,5	62,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25,000	25,000	0,8	0,7	10,5	61,8
-ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1	0,0	9,0	37,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,1	0,0	0,3	1,7
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,3	5,2	10,2	95,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,400	14,000	2,5	3,6	0,0	39,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22,000	22,000	0,7	0,6	9,2	54,3
			10,8	11,9	52,2	351,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,9	3,0	13,1	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (от 3 лет)	110,000	110,000	4,2	3,3	13,8	101,2
			2,9	3,0	13,1	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,9	2,5	3,8	41,0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,188	5,750	0,1	0,0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,0	0,0	2,5	10,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40,000	40,000	0,7	0,0	1,2	9,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,0	2,5	0,0	22,5
-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10		3,1	3,8	22,5	154,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,200	7,000	0,1	0,0	0,6	2,8
МОРКОВЬ	9,000	7,000	0,1	0,0	0,5	2,4
КАРТОФЕЛЬ	78,600	55,000	0,8	0,2	8,7	41,1
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	18,000	18,000	4,0	0,3	8,4	52,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15,750	15,750	0,5	0,5	6,4	37,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		10,0	9,5	10,7	154,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,200	2,200	0,0	2,1	0,0	19,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,100	2,100	0,1	0,0	1,7	6,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,1	0,0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	17,967	14,000	0,2	0,0	1,0	4,8
ГОВЯДИНА Б/К	80,000	72,000	13,0	11,2	0,0	152,3
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		2,0	3,7	24,6	137,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,000	100,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,500	3,500	0,0	2,4	0,0	22,4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30,300	30,000	1,7	1,0	18,6	83,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,0	0,6	9,8	50,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25,000	25,000	1,0	0,6	9,8	49,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,0	0,9	12,6	74,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,000	30,000	1,0	0,9	12,6	74,1
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,0	0,0	6,8	27,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210,000	210,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,000	22,000	0,0	0,0	0,0	0,0
			18,0	21,0	90,8	637,0
ПОЛДНИК:						
-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50		0,4	0,1	0,9	7,0
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50,000	50,000	0,4	0,1	0,9	6,5
-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75		10,4	7,5	10,0	130,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,500	9,500	0,2	0,2	0,4	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,0	2,4	0,0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,800	2,800	0,2	0,1	2,4	8,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,090	0,090	0,0	0,0	0,0	0,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	100,750	67,500	10,5	0,4	0,0	45,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,870 шт.	35,000	2,9	3,9	0,2	53,4
КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130		1,3	4,9	21,0	138,0
КАБАЧКИ	188,933	141,700	0,9	0,4	6,3	33,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,000	13,000	0,3	1,9	0,5	26,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,500	4,500	0,0	3,2	0,1	28,8
САХАР ПЕСОК	1,300	1,300	0,0	0,0	1,3	5,0
РИСОВАЯ МУКА	1,300	1,300	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,325	0,325	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200		2,8	3,9	11,7	101,0
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,0	0,0	7,8	30,9
КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ	9,000	9,000	0,1	0,0	7,5	30,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,000	40,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	3,1	3,9	7,3	80,7
ВАФЛИ	30		0,8	1,0	23,2	106,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30,000	30,000	0,8	1,0	23,2	106,2
			16,9	18,2	78,5	542,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,6	54,1	234,6	1 620,0



МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20		8,3	6,2	12,6	138,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,700	3,700	0,0	2,6	0,0	23,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40,000	40,000	0,8	1,0	1,8	20,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,6	0,0	1,3	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2.236 шт.	90,000	7,6	10,1	0,6	137,1
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,4	1,4	12,8	71,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,3	0,0	1,5	7,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	1,6	2,0	3,8	41,3
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		1,0	4,1	17,2	107,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,000	20,000	0,6	0,6	8,4	49,4
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,1	0,0	8,7	34,8
МАНДАРИН	100		0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,8	0,2	7,5	38,0
			11,5	11,9	50,1	354,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,5	3,0	13,0	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (от 3 лет)	110,000	110,000	3,9	3,2	13,4	98,2
			2,5	3,0	13,0	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,4	0,1	2,9	7,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,2	0,0	0,8	4,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,2	0,0	0,6	3,5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,000	5,000	0,1	0,0	0,2	1,0
-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200		3,6	3,3	10,2	140,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	35,714	25,000	0,4	0,1	4,0	18,7
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,053	1,000	0,0	0,0	0,1	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,1	0,0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,9	0,0	17,5
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,400	2,400	0,1	0,0	0,3	1,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,1	0,7	0,2	9,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,400	40,000	0,7	0,1	1,8	10,9
МОРКОВЬ	10,320	8,000	0,1	0,0	0,6	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80		10,5	7,5	21,0	150,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,625	2,625	0,1	0,1	2,2	8,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,875	21,875	0,0	0,0	0,0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,125	13,125	0,3	1,9	0,5	26,2
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,500	3,500	0,1	0,0	0,4	2,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	86,000	80,000	12,6	2,9	4,1	98,6
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		1,7	8,5	23,3	159,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,000	32,000	2,4	0,4	21,9	105,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,0	0,6	9,8	50,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25,000	25,000	1,0	0,6	9,8	49,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,0	0,9	12,6	74,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,000	30,000	1,0	0,9	12,6	74,1
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,9	0,2	11,0	50,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,9	0,2	11,0	50,4
			19,1	21,1	90,8	630,0
ПОЛДНИК:						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА		50	1,5	3,0	3,0	41,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,5	0,1	3,0	14,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,9	0,0	26,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,667	0,500	0,0	0,0	0,0	0,2
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ		160	6,0	7,3	28,6	219,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	37,000	37,000	0,7	0,9	1,6	18,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	217,308	113,000	2,7	0,3	4,6	32,9
РИСОВАЯ МУКА	8,000	8,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	15,000	15,000	1,9	0,0	8,9	43,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,000	6,000	0,0	5,8	0,0	52,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,571	0,571	0,0	0,0	0,0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		25	0,8	0,7	10,5	62,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25,000	25,000	0,8	0,7	10,5	61,8
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,6	2,8	12,9	68,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,1	0,0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,3	1,6	2,9	32,3
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		45	5,1	4,3	23,3	148,0
ЯБЛСКИ	18,400	16,192	0,1	0,0	1,6	7,4
САХАР ПЕСОК	4,800	4,800	0,0	0,0	4,7	18,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,0	0,8	0,0	7,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,800	0,1	0,1	0,0	1,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,016 шт.	0,645	0,1	0,1	0,0	1,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,496	14,496	1,3	0,7	0,3	17,0
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,640	0,640	0,0	0,0	0,6	2,0
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,0	0,0	0,8	3,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,114	0,2	0,2	0,0	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,0	0,0	1,4	5,3
ДРОЖЖИ	0,690	0,690	0,1	0,0	0,0	0,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,0	1,5	0,0	13,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	1,1	0,4	16,4	61,5
			16,0	18,1	78,3	538,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,1	54,1	232,2	1 612,0

МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 5



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,5	6,1	17,1	149,0
КРУПА ПШЕНО	12,121	12,000	0,7	0,4	8,1	34,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	2,9	3,7	6,9	76,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,0	0,0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	12,121	12,000	0,5	0,1	8,6	34,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,5	0,4	6,3	37,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15,000	15,000	0,5	0,4	6,3	37,1
-ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1	0,0	9,0	37,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,1	0,0	0,3	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,3	5,2	10,2	95,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,400	14,000	2,5	3,6	0,0	39,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22,000	22,000	0,7	0,6	9,2	54,3
АПЕЛЬСИН	100		0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	142,842	100,000	0,9	0,2	8,1	43,0
			10,3	11,9	50,7	361,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,9	3,0	13,1	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (от 3 лет)	110,000	110,000	4,2	3,3	13,8	101,2
			2,9	3,0	13,1	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50		2,0	4,7	6,0	91,0
СВЕКЛА	52,900	41,000	0,6	0,0	3,5	16,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	3,0	0,0	27,0
ЧЕСНОК	0,160	0,125	0,0	0,0	0,0	0,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,600	6,000	1,1	1,5	0,0	17,0
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		4,1	4,2	16,4	125,0
МОРКОВЬ	9,900	7,700	0,1	0,0	0,5	2,6
ГОВЯДИНА Б/К	28,000	21,000	3,8	3,3	0,0	44,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,000	172,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,130	0,130	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,1	0,0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.038 шт.	1,540	0,1	0,2	0,0	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,980	1,980	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	82,860	58,000	0,8	0,2	9,2	43,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,360	1,980	0,0	0,0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15		11,3	10,7	34,3	215,0
КАРТОФЕЛЬ	187,100	131,000	1,7	0,5	20,8	97,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	85,600	77,000	13,9	11,9	0,0	162,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,1	0,6	0,1	8,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,270	0,270	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,9	0,0	17,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,9	0,0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,000	0,2	0,2	0,0	3,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,000	4,000	0,5	0,0	2,4	11,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,500	13,000	0,2	0,0	1,1	5,1
РИСОВАЯ МУКА	0,675	0,675	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,500	7,500	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,750	0,750	0,0	0,5	0,0	4,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,250	5,250	0,1	0,8	0,2	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,120	0,120	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,0	0,6	9,8	50,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25,000	25,000	1,0	0,6	9,8	49,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		25	0,8	0,7	10,5	62,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25,000	25,000	0,8	0,7	10,5	61,8
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,8	0,3	15,8	84,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	23,000	23,000	0,8	0,3	10,8	63,3
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
			20,0	21,2	92,8	627,0
ПОЛДНИК:						
-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		80	7,8	5,4	10,5	123,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	6,400	6,400	0,2	0,2	2,6	15,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,400	0,1	0,0	0,5	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,000	8,000	0,2	0,2	0,4	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,199 шт.	8,000	0,7	0,9	0,1	12,2
МОРКОВЬ	20,640	16,000	0,2	0,0	1,1	5,4
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	62,400	54,400	8,4	0,3	0,0	36,4
-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ		150	2,0	5,3	24,1	141,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,4	0,0	0,9	5,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,000	30,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	121,429	85,000	1,2	0,3	13,5	63,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,9	0,0	26,2
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНГ"	12,000	12,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,000	7,000	0,4	0,1	6,0	22,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	3,7	4,6	8,6	95,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189,000	189,000	3,7	4,6	8,6	95,4
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		45	1,2	2,0	24,4	124,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,0	0,0	0,0	0,0
ДРОЖЖИ	0,618	0,618	0,1	0,0	0,0	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,0	1,0	0,0	8,7
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,0	0,0	1,4	5,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,4	0,5	0,8	9,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,650	34,650	1,8	0,7	29,6	110,9
			15,9	18,1	79,3	543,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,1	54,2	235,9	1 621,0

МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 6



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,5	2,4	19,7	118,0
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	1,0	0,3	18,6	74,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,0	1,6	0,0	14,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	2,9	3,7	6,9	76,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,0	0,0	3,4	13,6
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,4	1,4	12,8	71,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,3	0,0	1,5	7,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	1,6	2,0	3,8	41,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,8	5,8	9,8	103,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22,000	22,000	0,7	0,6	9,2	54,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		1,7	2,2	0,1	31,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,5 шт.	20,125	1,7	2,2	0,1	30,7
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,3	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,4	0,3	9,8	47,0
			10,8	12,1	52,2	370,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,9	3,0	13,1	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (от 3 лет)	110,000	110,000	4,2	3,3	13,8	101,2
			2,9	3,0	13,1	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		1,0	2,8	3,6	23,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,121	50,600	0,4	0,1	1,3	6,9
-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200		5,7	5,1	15,5	139,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,944	23,000	4,2	3,6	0,0	49,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,500	0,1	0,0	0,7	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,000	4,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,000	18,000	1,0	0,4	15,3	57,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,125 шт.	5,030	0,4	0,6	0,0	7,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,0	0,0	0,0	0,0
МОРКОВЬ	12,900	10,000	0,1	0,0	0,7	3,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70		8,1	5,8	10,5	129,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,800	5,700	0,1	0,0	0,5	2,2
ГОВЯДИНА Б/К	60,000	54,000	9,7	8,3	0,0	114,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,078 шт.	3,150	0,3	0,4	0,0	4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,000	13,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,358	0,300	0,0	0,0	0,0	0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,675	0,675	0,0	0,5	0,0	4,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,225	0,225	0,0	0,2	0,0	1,5
МОРКОВЬ	1,161	0,900	0,0	0,0	0,1	0,3
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,201	0,150	0,0	0,0	0,0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,150	0,150	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,675	0,675	0,0	0,0	0,6	2,1

САХАР ПЕСОК	0,150	0,150	0,0	0,0	0,1	0,6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,250	2,250	0,1	0,0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ		130	1,3	5,9	18,2	126,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,9	0,0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,000	54,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	22,200	22,000	0,9	0,2	15,8	63,0
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,0	0,0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
МОРКОВЬ	72,300	56,000	0,7	0,1	3,8	19,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,0	0,6	9,8	50,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25,000	25,000	1,0	0,6	9,8	49,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,0	0,9	12,6	74,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,000	30,000	1,0	0,9	12,6	74,1
-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО		200	1,0	0,0	21,4	88,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10,000	10,000	0,0	0,0	7,6	30,4
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,0	0,0	5,8	23,2
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200,000	200,000	1,0	0,0	24,6	106,7
			19,1	21,1	91,6	629,0
ПОЛДНИК:						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,6	2,5	10,6	47,0
МОРКОВЬ	43,871	34,000	0,4	0,0	2,2	11,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,0	2,4	0,0	21,8
ЯБЛОКИ	17,045	15,000	0,1	0,0	1,5	6,9
-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		80	9,3	5,1	8,3	144,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,000	3,000	0,1	0,5	0,1	6,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,5	0,0	12,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,800	4,800	0,3	0,1	4,1	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,800	4,800	0,0	3,4	0,1	30,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,3	0,4	0,7	7,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,000	20,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,5	0,0	12,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,199 шт.	8,000	0,7	0,9	0,1	12,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,000	0,2	0,0	1,0	4,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	91,400	85,000	13,4	3,0	4,4	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		150	3,8	6,9	20,5	143,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,0	4,9	0,0	43,7
КАРТОФЕЛЬ	182,857	128,000	1,7	0,5	20,3	95,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27,381	23,000	0,3	0,0	1,8	9,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,000	3,000	0,1	0,0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	24,516	19,000	0,2	0,0	1,3	6,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,000	45,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,0	0,0	6,8	27,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,000	22,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210,000	210,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-		30	1,3	2,9	20,4	121,0
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ	30,000	30,000	1,4	2,8	20,4	121,3
			16,2	18,2	78,3	542,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,0	54,4	235,2	1 631,0

МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 7

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	180/20		9,7	7,6	14,5	157,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,9	0,0	4,2	20,3
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	1,6	0,2	16,8	69,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	14,8	8,1	2,9	194,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,9	1,4	1,3	22,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,2	0,9	0,2	12,0
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,0	0,0	10,7	42,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.119 шт.	4,800	0,4	0,6	0,0	7,3
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10		0,2	0,0	10,3	44,0
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,0	0,0	9,7	38,7
ЛИМОН	16,700	10,000	0,1	0,0	0,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,1	0,0	0,3	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		1,0	4,1	17,2	107,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,000	20,000	0,6	0,6	8,4	49,4
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,1	0,0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
ГРУША	100		0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	142,842	100,000	0,4	0,3	10,3	47,0
			11,3	12,0	52,3	355,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,5	3,0	13,0	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (от 3 лет)	110,000	110,000	3,9	3,2	13,4	98,2
			2,5	3,0	13,0	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50		1,0	4,8	13,2	42,0
СВЕКЛА	55,500	43,000	0,6	0,0	3,7	17,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	3,0	0,0	27,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7,500	7,500	0,4	0,0	3,8	17,4
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		3,4	3,0	13,8	129,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	6,000	0,1	0,0	0,5	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,000	156,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	71,400	50,000	0,7	0,2	8,0	37,3
КРУПА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,2	0,0	3,2	12,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,9	0,0	17,5
МОРКОВЬ	10,889	8,000	0,1	0,0	0,6	2,7
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	15,300	13,000	0,1	0,0	0,2	1,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,052	1,000	0,0	0,0	0,1	0,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,016	0,016	0,0	0,0	0,0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,4	2,9	0,0	40,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,1	0,7	0,2	9,0
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80		9,0	4,6	6,5	131,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,208 шт.	8,372	0,7	1,0	0,1	12,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16,000	16,000	0,1	11,3	0,2	102,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,676	0,546	0,0	0,0	0,0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,052	0,052	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,0	0,0	0,0	0,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,200	16,000	0,2	0,0	1,3	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,5	0,1	32,1
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	84,173	81,000	12,6	0,5	0,0	54,2
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		2,9	6,9	24,5	153,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,5	0,6	1,2	12,6
КАРТОФЕЛЬ	178,500	125,000	1,7	0,5	19,8	93,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,0	0,6	9,8	50,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25,000	25,000	1,0	0,6	9,8	49,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		1,1	1,0	14,7	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,000	35,000	1,1	1,0	14,7	86,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180		0,3	0,1	8,9	40,0
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	30,928	30,000	0,3	0,1	2,1	12,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,0	0,0	0,0	0,0
			18,7	21,0	91,4	631,0
ПОЛДНИК:						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200		1,0	2,5	11,1	53,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,0	0,0	0,0	0,0
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ -0	30,000	30,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20		6,6	7,6	23,4	227,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,000	50,000	1,0	1,3	2,3	25,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2.36 шт.	95,000	8,1	10,6	0,7	144,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,500	5,000	0,9	1,3	0,0	13,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,6	0,0	1,3	6,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,0	4,9	0,0	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,380	0,380	0,0	0,0	0,0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,0	0,9	12,6	74,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,000	30,000	1,0	0,9	12,6	74,1
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		2,6	2,8	12,9	68,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,3	1,6	2,9	32,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,1	0,0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45		5,1	4,3	18,3	118,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,0	0,8	0,0	7,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,640	0,640	0,0	0,0	0,6	2,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,016 шт.	0,645	0,1	0,1	0,0	1,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,496	14,496	1,3	0,7	0,3	17,0
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,0	0,0	0,8	3,1
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,800	4,800	0,0	0,0	4,7	18,6
ЯБЛОКИ	18,400	16,192	0,1	0,0	1,6	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,0	1,5	0,0	13,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,114	0,2	0,2	0,0	3,2
ДРОЖЖИ	0,690	0,690	0,1	0,0	0,0	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	1,1	0,4	16,4	61,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,0	0,0	1,4	5,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,800	0,1	0,1	0,0	1,3
			16,3	18,1	78,3	540,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,8	54,1	235,0	1 616,0

Заведуючий

Е.Б.Якобсон

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150		5,3	6,2	23,6	166,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,5	0,1	32,1
КРУПА ПШЕНО	28,300	28,000	1,6	1,0	19,1	79,3
ТЫКВА СВЕЖАЯ	78,600	55,000	0,6	0,1	2,3	12,3
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,0	0,0	2,9	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130,000	130,000	2,5	3,2	5,9	65,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,6	0,6	8,4	49,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,000	20,000	0,6	0,6	8,4	49,4
-ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1	0,0	9,0	37,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,1	0,0	0,3	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,3	5,2	10,2	95,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22,000	22,000	0,7	0,6	9,2	54,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,400	14,000	2,5	3,6	0,0	39,8
			10,3	12,0	51,2	347,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,9	3,0	13,1	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (от 3 лет)	110,000	110,000	4,2	3,3	13,8	101,2
			2,9	3,0	13,1	90,0
ОБЕД						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50		1,5	3,0	3,0	41,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,9	0,0	26,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,667	0,500	0,0	0,0	0,0	0,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,5	0,1	3,0	14,7
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200		3,2	4,2	16,2	120,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30,556	22,000	4,0	3,4	0,0	46,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,000	145,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,1	0,0	0,7	3,2
КАРТОФЕЛЬ	87,100	61,000	0,9	0,2	9,6	45,6
МОРКОВЬ	10,300	8,000	0,1	0,0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,200	2,200	0,0	2,1	0,0	19,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,053	1,000	0,0	0,0	0,1	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75		9,0	4,2	18,7	149,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.194 шт.	7,800	0,7	0,9	0,1	11,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,0	0,0	0,0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	3,300	3,000	0,5	0,8	0,0	8,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	72,200	52,000	9,2	9,3	0,0	120,1
КРУПА РИСОВАЯ	5,700	5,600	0,2	0,1	4,0	16,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130		2,3	7,8	18,0	136,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,020	0,020	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	80,000	56,000	0,8	0,2	8,8	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,200	6,000	0,1	0,0	0,5	2,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,4	0,0	0,9	5,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,000	3,000	0,1	0,0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,1	0,0	1,9	7,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,428	6,428	0,2	1,0	0,2	12,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,5	0,1	32,1
МОРКОВЬ	20,640	16,000	0,2	0,0	1,1	5,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
РЕПА	16,216	12,000	0,2	0,0	0,7	3,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,0	0,6	9,8	50,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25,000	25,000	1,0	0,6	9,8	49,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	1,1	1,0	14,7	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,000	35,000	1,1	1,0	14,7	86,5
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,9	0,2	11,0	50,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,9	0,2	11,0	50,4
			19,0	21,0	91,4	632,0
ПОЛДНИК:						
-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ		50	0,4	0,1	0,9	7,0
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50,000	50,000	0,4	0,1	0,9	6,5
-МАКАРОННИК С МЯСОМ		200	9,1	10,6	31,7	267,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,0	4,9	0,0	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	96,000	96,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	53,000	53,000	4,1	0,7	36,3	173,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,000	4,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,000	21,000	0,3	0,0	1,6	8,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,300	2,300	0,0	1,6	0,0	14,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.373 шт.	15,000	1,3	1,6	0,1	22,9
ГОВЯДИНА Б/К	97,800	88,000	15,9	13,7	0,0	186,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,000	4,000	0,5	0,0	2,4	11,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	3,7	4,6	8,6	95,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189,000	189,000	3,7	4,6	8,6	95,4
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		45	1,9	2,0	23,4	119,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,650	34,650	1,8	0,7	29,6	110,9
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,0	0,0	1,4	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,0	1,0	0,0	8,7
ДРОЖЖИ	0,618	0,618	0,1	0,0	0,0	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,4	0,5	0,8	9,1
			16,3	18,1	76,3	548,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,5	54,1	232,0	1 617,0



МЕНЮ

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,5	6,1	18,5	157,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,5	0,1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,0	0,0	3,4	13,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КРУП. ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	1,4	1,6	15,6	78,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	3,3	4,2	7,8	85,7
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,0	0,0	0,0	0,0
-КАКАО С МОЛОКОМ	200		1,5	1,6	9,2	59,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,800	2,800	0,6	0,4	0,3	7,9
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	0,9	1,2	2,1	23,7
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		1,0	4,1	17,2	107,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,000	20,000	0,6	0,6	8,4	49,4
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,1	0,0	8,7	34,8
МАНДАРИН	100		0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,8	0,2	7,5	38,0
			10,8	12,0	52,4	361,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,5	3,0	13,0	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (от 3 лет)	110,000	110,000	3,9	3,2	13,4	98,2
			2,5	3,0	13,0	90,0
ОБЕД						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	3,8	4,0	49,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,750	3,750	0,0	3,7	0,0	33,7
СВЕКЛА	60,645	47,000	0,7	0,0	4,0	19,1
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200		4,4	4,7	15,6	116,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,2	1,1	0,2	14,0
ЩАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,6	0,1	0,4	4,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.273 шт.	11,000	1,0	1,3	0,1	16,8
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,0	0,0	1,6	6,6
СВЕКЛА	33,548	26,000	0,4	0,0	2,2	10,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	55,714	39,000	0,5	0,2	6,2	29,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,1	0,0	0,4	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,0	2,7	0,0	24,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0
РИСОВАЯ МУКА	1,600	1,600	0,0	0,0	0,0	0,0
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70		9,1	4,4	13,2	108,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,9	0,0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,0	0,0	0,0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,1	0,0	0,2	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,400	0,400	0,0	0,3	0,0	2,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,1	0,0	1,3	4,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,1	0,8	0,2	10,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,764	4,000	0,1	0,0	0,3	1,6
ГОВЯДИНА Б/К	64,700	58,300	10,5	9,0	0,0	123,3
КРУПА РИСОВАЯ	5,600	5,600	0,2	0,1	4,0	16,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,1	0,0	0,7	3,2
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,0	6,3	20,3	148,0
КАРТОФЕЛЬ	161,500	113,000	1,6	0,5	17,8	84,4
МОРКОВЬ	59,355	46,000	0,6	0,0	3,1	15,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	25,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,4	0,5	0,9	10,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,8	0,5	7,8	40,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20,000	20,000	0,8	0,5	7,8	39,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		1,1	1,0	14,7	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,000	35,000	1,1	1,0	14,7	86,5
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,8	0,3	15,8	84,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	23,000	23,000	0,8	0,3	10,8	63,3
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,0	0,0	0,0	0,0
			18,9	21,0	91,4	631,0
ПОЛДНИК:						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,4	0,1	2,9	7,0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,000	5,000	0,1	0,0	0,2	1,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,2	0,0	0,6	3,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,2	0,0	0,8	4,9
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80		11,5	7,9	10,3	158,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12,000	12,000	0,4	0,3	4,9	28,7
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	114,124	101,000	15,7	0,6	0,0	67,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.149 шт.	6,000	0,5	0,7	0,0	9,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,430	0,430	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,136	0,136	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,550	2,550	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,750	12,750	0,3	0,3	0,6	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,210	2,210	0,0	1,6	0,0	14,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,210	2,210	0,1	0,0	1,8	7,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,9	0,0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,000	16,000	0,3	0,4	0,8	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,700	4,700	0,0	3,3	0,1	30,2
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150		2,4	8,6	26,6	182,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,0	1,7	0,0	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,110	0,110	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,1	0,0	1,9	7,4
КАРТОФЕЛЬ	168,600	118,000	1,6	0,5	18,6	88,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	1,7	2,2	4,1	45,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,8	0,5	7,8	40,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20,000	20,000	0,8	0,5	7,8	39,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200		0,2	0,0	7,6	36,0
ЛИМОН	45,000	27,000	0,2	0,0	0,8	8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196,000	196,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,0	0,0	6,8	27,1
ВАФЛИ	30		0,8	1,0	23,2	106,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30,000	30,000	0,8	1,0	23,2	106,2
			16,1	18,1	78,4	529,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,3	54,1	235,2	1 611,0

Заведующий

Е.Б.Якобсон

MEHIO

Сад 3-7 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,5	2,4	19,7	118,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,0	0,0	3,4	13,6
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,0	1,6	0,0	14,1
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	1,0	0,3	18,6	74,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	2,9	3,7	6,9	76,6
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,4	1,4	12,8	71,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	1,6	2,0	3,8	41,3
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,3	0,0	1,5	7,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,8	5,8	9,8	103,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22,000	22,000	0,7	0,6	9,2	54,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,0	3,6	0,1	33,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		1,7	2,2	0,1	31,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	1,7	2,2	0,1	30,7
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,3	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,4	0,3	9,8	47,0
			10,8	12,1	52,2	370,0
2 ЗАВТРАК						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,9	3,0	13,1	90,0
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (от 3 лет)	110,000	110,000	4,2	3,3	13,8	101,2
			2,9	3,0	13,1	90,0
ОБЕД						
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50		0,4	0,1	0,9	7,0
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50,000	50,000	0,4	0,1	0,9	6,5
-СУП ОВОЩНОЙ	200		2,3	3,3	15,2	120,0
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	73,077	38,000	1,0	0,1	1,6	11,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,0	0,0	0,0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	74,286	52,000	0,7	0,2	8,2	38,8
МОРКОВЬ	12,903	10,000	0,1	0,0	0,7	3,4
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	14,667	11,000	0,1	0,0	0,5	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,143	6,000	0,1	0,0	0,5	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,0	1,1	0,0	9,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,385	4,800	0,1	0,0	0,3	1,5
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75		9,4	7,1	8,5	135,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13,500	13,500	0,4	0,4	5,5	32,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ФЕРМЕНТ ЛАКТАЗА ПОЛЯРИС 3500	0,012	0,012	0,0	0,0	0,0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	19,000	19,000	0,4	0,5	0,9	9,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,0	1,9	0,0	17,5
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	61,500	56,000	13,6	5,3	0,0	105,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,0	0,0	0,0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,500	7,500	1,0	0,0	4,5	21,7
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130		3,7	8,6	29,4	168,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12,000	12,000	1,6	0,0	7,2	34,8
РИСОВАЯ МУКА	6,500	6,500	0,0	0,0	0,0	0,0
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	176,923	92,000	2,2	0,3	3,8	26,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	30,000	30,000	0,6	0,8	1,4	15,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,0	2,8	0,1	2

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,2	0,8	11,7	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,000	30,000	1,2	0,8	11,7	59,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	1,1	1,0	14,7	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,000	35,000	1,1	1,0	14,7	86,5
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,9	0,2	11,0	50,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,9	0,2	11,0	50,4
			19,0	21,1	91,4	626,0
ПОЛДНИК:						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		50	0,8	2,6	4,6	32,0
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,0	0,0	2,5	10,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58,000	40,500	0,7	0,0	1,2	9,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,0	2,5	0,0	22,5
ЛУК ЗЕЛЕНый	6,500	5,000	0,1	0,0	0,2	1,0
-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ		80	8,3	5,4	9,9	152,0
РИСОВАЯ МУКА	4,500	4,500	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,000	0,000	0,0	0,0	0,0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	72,043	67,000	10,6	2,4	3,5	82,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,300	5,300	0,0	5,1	0,0	46,2
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	1,7	3,5	22,3	147,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,000	32,000	2,4	0,4	21,9	105,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,0	0,0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,0	2,1	0,0	19,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	0,8	0,5	7,8	40,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20,000	20,000	0,8	0,5	7,8	39,8
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,6	2,8	12,9	68,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,0	0,0	0,0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,1	0,0	0,3	1,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,3	1,6	2,9	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,0	0,0	8,7	34,8
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		45	2,1	3,2	20,8	101,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,0	0,0	0,0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,114	0,2	0,2	0,0	3,2
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,0	0,0	1,4	5,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,0	1,5	0,0	13,3
ДРОЖЖИ	0,690	0,690	0,1	0,0	0,0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,0	0,0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	1,1	0,4	16,4	61,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,800	0,1	0,1	0,0	1,3
ПОВИДЛО	16,000	16,000	0,1	0,0	9,0	36,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,0	0,8	0,0	7,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,1	0,0	0,9	3,2
			16,3	18,0	78,3	540,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,0	54,2	235,0	1 626,0