

Утверждаю
 Директор МБОУ Школа №21 г.о.Самара

Е.А. Жадяева



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	180		5,2	7,4	26,7	193,4
КРУПА МАННАЯ	27,6	27,6	2,7	0,3	18,9	88,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,2	91,2	2,5	2,2	4,3	47,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,1	2,5	12,3	84,7
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5		2,0	13,4	11,9	176,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16	16	0,1	13,2	0,1	119,7
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	24	24	1,9	0,2	11,8	57,1
			10,3	23,3	50,9	454,9
II Завтрак						
СОК	150		0,9		22,9	99,0
СОК	180	180	0,9	0	22,9	99,0
			0,9		22,9	99,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ	30		0,6	1,5	3,4	29,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,4	0	1,1	6,4
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МОРКОВЬ	15	11,6	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		1,9	1,8	13,0	74,5
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	50		7,3	9,1	1,8	118,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,5	6,1	6,1	0	79,6

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,4	16,4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,2	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	9,7	9,7	0,3	0,3	0,5	5,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ		100	1,8	3,6	13,6	94,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	21,1	20,9	1,8	0,2	13,6	63,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			17,5	69,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ "СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,1	0,2	24,5	108,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	25,7	25,7	2,1	0,2	24,5	108,5
			16,3	16,6	90,8	576,4
Полдник						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		60	0,8	1,8	18,4	92,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
ПОВИДЛО	24,2	24,2	0,1	0	15,5	62,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,9
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,2	0,2	0,3	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)		150	4,9	3,7	8,1	88,8
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,9	3,7	8,1	88,8
			5,7	5,5	26,5	181,3
Ужин						
РАГУ ОВОЩНОЕ		200	3,2	9,0	19,3	173,4
КАРТОФЕЛЬ	85,3	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	40	32	0,4	0	2,1	10,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,7	16	0,2	0	1,3	6,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,7	40	0,7	0	1,8	10,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,3		12,3	50,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,2	44,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,5	109,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12,2	12,2	0	0	11,8	47,2
ЛИМОН	6,5	5,7	0,1	0	0,2	1,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,2	0,4	47,7	211,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,2	0,4	47,7	211,2
			7,7	9,4	79,3	435,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,9	54,8	270,4	1 747,1



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ		180	7,2	10,3	36,6	269,0
КРУПА РИСОВАЯ	38,4	38,4	2,6	0,4	27,5	124,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,8	142,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	162	162	4,6	5	7,4	94,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	11,4	71,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		50	6,8	6,7	10,5	131,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	22,9	21,4	5,1	6,5	0	80,3
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	21,4	21,4	1,7	0,2	10,5	50,9
			16,3	18,8	58,5	471,5
II Завтрак						
СОК		150	0,8		19,1	82,5
СОК	150	150	0,8	0	19,1	82,5
			0,8		19,1	82,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		30	0,4	1,7	2,4	27,3
СВЕКЛА	36,8	28,5	0,4	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КОСТНОМ БУЛЬЕНЕ б/мясо		150/10	3,0	2,7	10,2	76,8
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	10,05	10	2,2	0,2	4,7	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	6,45	5	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50	7,7	7,5	1,8	105,5
ГОВЯДИНА Б/К	44,8	40,3	7,3	6,2	0	85,3
МОРКОВЬ	6	4,7	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,6	1,6	0,1	0	0,2	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,0	3,5	14,2	97,1
КАРТОФЕЛЬ	122,1	85,5	1,6	0,3	13,5	63,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	13,8	68,4
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			18,8	16,3	88,9	587,3
Полдник						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		60	5,4	4,1	41,9	225,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42,6	42,6	4,5	0,6	28,9	138,0
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0	0	12,1	48,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ряженка)		150	4,9	3,7	8,1	88,8
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,9	3,7	8,1	88,8
			10,3	7,8	50,0	314,2
Ужин						
РЫБА В ОМЛЕТЕ		170	266,3	235,7	21,7	3 270,9
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	241,4	204	40,5	12,9	0	277,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,2	10,2	1,1	0,1	6,9	33,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,8	4,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	45 шт.	1811,25	223,1	202,1	12,3	2 758,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	51	51	1,5	1,6	2,3	29,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	23,8	23,8	0,1	19	0,2	172,7
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		50	1,0	4,5	3,9	59,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	50	1	4,5	3,9	59,5
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,2	1,8	13,2	78,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,3	0,4	49,2	217,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,3	0,4	49,2	217,7
			273,8	242,4	88,0	3 626,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			320,0	285,3	304,5	5 082,0



МЕНЮ
Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ		180	4,6	6,6	13,1	131,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	121,5	121,5	3,4	3,8	5,5	70,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	9,7	9,6	1,2	0,3	5,3	28,7
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,1	2,5	12,3	84,7
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,5	10,1	8,9	132,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	18	18	1,4	0,2	8,8	42,8
			9,2	19,2	34,3	349,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО		200	0,8	0,8	19,6	94,0
ЯБЛОКИ	227,2	200	0,8	0,8	19,6	94,0
			0,8	0,8	19,6	94,0
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА		30	0,4	1,8	2,2	27,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	33,9	28,5	0,4	0,1	2,2	11,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ		150	1,5	3,2	13,6	89,0
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,6	0,1	6,5	29,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОТЛЕТЫ (биточки, шницель)		50	7,2	7,0	5,1	112,5
ГОВЯДИНА Б/К	40,5	36,4	6,6	5,6	0	77,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	5	5	0,4	0	4,8	21,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	7,1	7,1	0,2	0,2	0,3	4,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		100	15,7	2,7	33,0	218,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	70,95	70,6	15,7	1,1	33	204,8

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		150	0,6		12,3	52,4
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	11,6	11,6	0,6	0	5,7	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0	0	6,6	26,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,4	0,3	39,3	174,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	174,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			31,4	15,3	135,0	804,3
Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		60	4,3	3,1	32,2	174,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,6	33,6	3,5	0,4	22,8	108,8
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,1	0,5	0,5	0	6,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	2,4	2,4	0,3	0	0,1	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (бифидок)		150	4,2	3,0	6,7	74,0
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	4,2	3	6,7	74,0
			8,5	6,1	38,9	248,1
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		220	39,1	59,3	67,3	962,8
ТВОРОГ 9%	220	220	32	38,4	6	503,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	28,6	28,6	3	0,4	19,4	92,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	5,9	0,7	0,7	0	9,0
САХАР ПЕСОК	19,8	19,8	0	0	19,2	76,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	11	11	0	10,7	0	95,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	11	11	0,1	8,8	0,1	79,8
КРУПА МАННАЯ	33	33	3,3	0,3	22,6	105,3
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	1,3	2,2	8,9	64,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КИСЕЛЬ		150			21,2	84,6
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			43,0	61,8	126,9	1 242,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			92,9	103,2	354,7	2 737,6



МЕНЮ
Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ		180	7,2	7,3	34,5	233,1
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	44,1	44,1	4,9	0,6	29	140,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,7	55,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	83,6	83,6	2,3	2	3,9	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	11,4	71,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,5	10,1	8,9	132,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	18	18	1,4	0,2	8,8	42,8
			11,0	19,2	54,8	437,0
II Завтрак						
БАНАН		150	2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
			2,3	0,8	31,5	144,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО С ЛУКОМ РЕПЧАТЫМ		30	0,9	1,6	2,0	25,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1	1,8	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0	0	0,2	1,0
РАССОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150	1,2	1,8	7,6	52,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
КАРТОФЕЛЬ	42,9	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0	0	0,1	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,2	1,1	0	0	0,1	0,5
ПЛОВ РИСОВЫЙ С КУРИЦОЙ		150	15,6	24,2	26,8	386,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	101,39	73	12,9	13	0	168,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУГІА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,16	0,16	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (вишня)		150	0,2		16,9	69,4
ВИШНЯ	26,47	22,5	0,2	0	2,3	11,3
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			23,1	28,3	99,8	746,2
Полдник						
ГРЕНКИ С СЫРОМ		40	4,1	4,0	23,9	148,1
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	50	50	3,9	0,5	23,9	115,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	1,1	1	0,2	0,3	0	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (Снежок)		160	5,2	3,9	8,5	94,7
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	5,2	3,9	8,5	94,7
			9,3	7,9	32,4	242,8
Ужин						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		100	30,7	26,0	26,1	458,7
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	98,5	66	13,1	4,2	0	89,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	18	18	1,5	0,2	17,2	76,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	115	14,2	12,8	0,8	175,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27,1	27,1	0,8	0,9	1,3	15,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	2,5	4,1	20,6	129,8
КАРТОФЕЛЬ	185,7	130	2,5	0,5	20,6	97,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,9	24,9	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		9,7	39,1
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,3	0,4	49,2	217,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,3	0,4	49,2	217,7
			37,6	30,5	105,6	845,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			83,3	86,7	324,1	2 415,3



МЕНЮ
Если 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ		180	6,4	7,7	31,3	220,8
ПШЕНО	34,8	34,8	3,9	0,9	23,8	118,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	88,3	88,3	2,5	2,1	4,1	46,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,1	2,5	12,3	84,7
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,8	6,4	11,1	109,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	6,2	0,1	56,1
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	22,5	22,5	1,8	0,2	11	53,6
			11,3	16,6	54,7	415,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО		200	0,8	0,8	19,6	94,0
ЯБЛОКИ	227,2	200	0,8	0,8	19,6	94,0
			0,8	0,8	19,6	94,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		30	0,3	1,5	0,9	18,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	26,7	26,7	0,2	0	0,5	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,6	4,7	0,1	0	0,4	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА М.К. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150	1,5	3,3	6,5	63,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,5	42	0,8	0	1,9	11,4
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	0,9	0,9	0	0	0,1	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	31,5	22,1	0,4	0,1	3,5	16,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,3	2,3	0,1	0,3	0,1	4,6
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50	7,7	8,7	2,1	119,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	44,9	40,4	7,3	6,3	0	85,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	7	0,1	0	0,6	2,8
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,004	0,004	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0	0	0,2	0,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		100	2,4	2,8	15,4	97,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	22,6	22,6	2,4	0,3	15,4	74,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,7	38,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (Смородина)		150	0,2	0,1	16,2	67,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	23,2	22,5	0,2	0,1	1,6	9,6
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			17,3	17,1	87,6	579,0
Полдник						
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"		60	6,1	7,1	36,0	233,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4,4	0,5	28,5	136,1
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36	36	1	0,9	1,6	18,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3	0,4	0,3	0	4,6
ДРОЖЖИ	2,4	2,4	0,3	0	0,1	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		9,7	39,1
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			6,2	7,1	45,7	272,5
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНА-МАННАЯ С САХАРОМ		200	29,3	40,9	25,2	594,5
ТВОРОГ 9%	186,6	186,6	27,2	32,6	5	427,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,2	0,1	8,2	38,3
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ		20	1,3	2,2	8,9	64,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		150	0,3		21,1	85,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			33,5	43,4	84,7	874,6

СЕГО ЗА ДЕНЬ:

69,1

85,0

292,3

2 235,3



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ		180	5,2	5,4	24,7	169,1
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	27	26,8	2,6	0,3	17	81,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,6	2,2	4,3	48,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	11,4	71,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,5	10,1	8,9	132,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	18	18	1,4	0,2	8,8	42,8
			9,0	17,3	45,0	373,0
II Завтрак						
СОК		150	0,8		19,1	82,5
СОК	150	150	0,8	0	19,1	82,5
			0,8		19,1	82,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		30	0,4	1,2	1,9	20,1
СВЕКЛА	19,4	15	0,2	0	1,3	6,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	11,5	7,5	0,2	0	0,5	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0	0	0,1	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,2	3,2	11,2	88,2
КАРТОФЕЛЬ	42,9	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ФАСОЛЬ	12	12	2,4	0,2	5,4	34,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ - БИТОЧКИ из курицы		50	8,9	10,7	10,2	171,2
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	70	42,7	7,6	7,7	0	98,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	10	10	0,9	0,1	9,5	42,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ НА ВОДЕ		100	5,6	4,5	25,6	165,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	46,2	46,2	5,6	1,5	25,6	138,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	19,3	79,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			23,6	20,4	114,7	736,8
Полдник						
ПРЯНИКИ		50	3,0	2,4	37,5	183,0
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	50	50	3	2,4	37,5	183,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)		150	4,9	3,7	8,1	88,8
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,9	3,7	8,1	88,8
			7,9	6,1		271,8
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		200	449,7	411,9	30,2	5 623,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	90 шт.	3622,5	446,3	404,1	24,6	5 516,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КИСЕЛЬ		150			21,2	84,6
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,3	0,4	49,2	217,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,3	0,4	49,2	217,7
			454,0	412,3	100,6	5 925,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			495,3	456,1	325,0	7 389,6



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		180	5,4	8,0	24,1	190,6
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,6	0,1	6,5	29,1
ПШЕНО	9	9	1	0,2	6,1	30,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,3	2,0	12,3	76,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		30	5,1	8,5	12,3	146,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1		37,4
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	25	25	2	0,3	12,3	59,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,7	3,1	4,1	0	49,9
			12,8	18,5	48,7	414,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО		125	0,5	0,5	12,3	58,8
ЯБЛОКИ	142	125	0,5	0,5	12,3	58,8
			0,5	0,5	12,3	58,8
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		30	0,3	1,6	2,4	24,4
МОРКОВЬ	20,5	15,9	0,2	0	1,1	5,4
ЯБЛОКИ	14,7	12,9	0,1	0,1	1,3	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СУП С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ		150	4,2	8,1	18,0	161,9
КАРТОФЕЛЬ	48	33,6	0,7	0,1	5,3	25,1
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,8	1,1	14,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3	2,85	0,1	0	0,2	1,4

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ГОВЯДИНОЙ		150	15,3	17,7	18,1	291,9
ГОВЯДИНА Б/К	80	72	13	11,2	0	152,3
КАРТОФЕЛЬ	128	89,6	1,7	0,4	14,2	66,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	6	0,1	54,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ		150	0,1		18,2	74,8
КЛЮКВА	19,8	19,4	0,1	0	0,7	5,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	2,1	0,2	24,6	108,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	25	25	2,1	0,2	24,6	108,8
			24,6	28,0	98,3	743,4
Полдник						
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ		60	12,5	16,1	35,2	335,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,5	40,5	4,3	0,5	27,5	131,2
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,56 шт.	62,79	7,8	7	0,4	95,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8,9	8,9	0,3	0,3	0,4	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)		150	4,9	3,7	8,1	88,8
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,9	3,7	8,1	88,8
			17,4	19,8	43,3	424,1
Ужин						
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ		150	14,5	8,2	5,5	54,6
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	100	67	13,3	4,3	0	91,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27	22,68	0,3	0	1,9	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	36	27,9	0,4	0	1,8	9,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,5	0	1,8	9,9
РИС ОТВАРНОЙ		100	2,4	4,0	25,6	148,0
КРУПА РИСОВАЯ	36,1	35,7	2,4	0,4	25,6	115,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,3	83,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		9,7	39,1
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,3	0,4	49,2	217,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,3	0,4	49,2	217,7
			21,3	12,6	90,0	559,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,6	79,4	292,6	2 200,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		180	5,7	7,1	22,1	176,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,9	0,2	12,3	59,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	11,4	71,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,5	10,1	8,9	132,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	18	18	1,4	0,2	8,8	42,8
			9,5	19,0	42,4	380,3
II Завтрак						
БАНАН		150	2,3	0,8	11,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
			2,3	0,8	31,5	144,0
Обед						
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30	0,5	4,0	1,5	44,4
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ	30	30	0,5	4	1,5	44,4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ		150	2,3	5,7	11,7	107,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33	26,4	0,5	0	1,2	7,2
КАРТОФЕЛЬ	34	23,8	0,5	0,1	3,8	17,8
ПШЕНО	7	6,93	0,8	82	4,8	23,7
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ГОВЯДИНОЙ		150	20,9	19,2	1,2	421,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,7	0,7	37	177,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,008 шт.	0,32	0	0	0	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	6	0,1	54,4

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,5	13,86	0,2	0	1,1	5,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	107	80,25	14,5	12,4	0	169,7
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,6		17,2	71,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	11,3	11,3	0,6	0	5,6	25,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			29,5	29,6	118,1	857,2
Полдник						
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"		60	5,0	4,0	35,1	197,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4,4	0,5	28,5	136,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0	0	4,2	16,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1	0,1	0,1	0	1,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	2,1	2,1	0	0	1,4	5,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,3	0,4	4,7
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)		160	5,2	3,9	8,5	94,7
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	5,2	3,9	8,5	94,7
			10,2	7,9	43,6	291,7
Ужин						
ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ		200	28,2	35,7	21,5	523,2
ТВОРОГ 9%	175	175	25,5	30,6	4,8	400,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	17,15	17,15	1,7	0,2	11,7	54,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ		20	1,6	1,9	12,4	73,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	23	23	1,6	1,9	12,4	73,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1		9,9	40,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5		0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			32,5	37,9	73,3	767,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			84,0	95,2	308,9	2 440,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ		180	4,4	4,7	5,0	119,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126	126	3,6	3,1	5,8	66,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	10,9	10,8	0,8	0,1	7,8	34,9
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4,4	3,7	16,1	115,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
КАКАО-ПОРОШОК	2,6	2,6	0,6	0,4	0,3	7,3
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		50	6,0	4,5	17,2	134,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3,2	4,1	0	51,2
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
			14,8	12,9	48,3	369,8
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН		150	1,4	0,3	12,2	64,5
АПЕЛЬСИН	214,3	150	1,4	0,3	12,2	64,5
			1,4	0,3	12,2	64,5
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		30	0,9	1,8	1,7	26,6
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	39,9	27,9	0,9	0,1	1,7	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ		150	1,2	3,5	5,7	61,4
СВЕКЛА	24	18,6	0,3	0	1,6	7,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	17,1	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,2	0	0,5	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,1	0,6	0,1	7,6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		150	17,3	23,9	13,8	351,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	123	97,5	1,7	0,1	4,5	26,5
ГОВЯДИНА Б/К	82	73,8	13,3	11,4	0	156,1
КРУПА РИСОВАЯ	8,3	8,22	0,6	0,1	5,9	26,6

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	0,2	0	1,2	6,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,5	10,5	0,1	8,4	0,1	76,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,025	0,025	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	24	24	0,6	3,5	0,8	47,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,8	3,8	0,2	0	0,7	3,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		150			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ "СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			24,6	29,9	79,3	698,4
Полдник						
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ		55	2,4	0,3	30,3	133,7
ПОВИДЛО	25	25	0,1	0	16	64,4
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	30	30	2,3	0,3	14,3	69,3
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)		150	4,9	3,7	8,1	88,8
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,9	3,7	8,1	88,8
			7,3	4,0	38,4	222,5
Ужин						
СУФЛЕ РЫБНОЕ		150	97,4	82,5	9,6	1 171,2
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	154	103,18	20,6	6,5	0	140,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	15 шт.	603,75	74,4	67,3	4,1	919,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ		60	1,5	5,1	8,3	85,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	37	37	0,3	0	0,6	4,7
КАРТОФЕЛЬ	54	37,8	0,8	0,2	6	28,2
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		9,7	39,1
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,3	0,4	49,2	217,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,3	0,4	49,2	217,7
			103,3	88,0	76,8	1 513,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			151,4	135,1	255,0	2 868,4



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ		180	7,7	12,7	32,4	275,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	27	27	3,2	1,6	16,2	92,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	158	158	4,5	3,9	7,4	82,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	1,8	11,4	71,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	2,0	4,4	12,3	96,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН "ГОРЧИЧНЫЙ"	25	25	2	0,3	12,3	59,5
			12,0	18,9	56,1	443,2
II Завтрак						
СОК		200	1,0		25,4	110,0
СОК	200	200	1	0	25,4	110,0
			1,0		25,4	110,0
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ		30	0,9	3,9	5,3	60,8
МОРКОВЬ	47	36,43	0,5	0	2,4	12,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ М.К. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150	1,6	3,2	7,5	65,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	39	31,2	0,6	0	1,5	8,4
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3	3	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	42	29,4	0,6	0,1	4,7	21,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ		150	13,2	15,5	13,0	244,9
ГОВЯДИНА Б/К	71	63,9	11,5	9,9	0	135,1
КАРТОФЕЛЬ	109	76,3	1,5	0,3	12	57,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		150	0,3	0,1	15,8	67,0
ШИПОВНИК	19,4	19,4	0,3	0,1	4,2	20,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ " СТАРОСЕЛЬСКИЙ"	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,6	0,3	29,5	130,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	30	30	2,6	0,3	29,5	130,6
			21,2	23,4	88,1	650,8
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТЫ (РЯЖЕНКА)		150	4,9	3,7	8,1	88,8
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,9	3,7	8,1	88,8
			8,7	8,6	45,3	297,3
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ		200	18,8	23,0	46,7	471,1
ТВОРОГ 9%	100	100	14,6	17,5	2,7	228,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
САХАР ПЕСОК	19	19	0	0	18,4	73,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ		20	1,3	2,2	8,9	64,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
КИСЕЛЬ		150			21,2	84,6
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,3	0,4	49,2	217,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ "ГОРОДСКОЙ"	50	50	4,3	0,4	49,2	217,7
			24,4	25,6	126,0	837,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,3	76,5	340,9	2 338,7