

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 30 | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | 155 | 5,04 | 6,20 | 26,30 | 189,30 |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | 30 | 30 | 3,35 | 0,38 | 19,76 | 95,74 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76 | 76 | 2,13 | 1,84 | 3,54 | 39,81 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 180/6/7 | 0,12 | 0,00 | 8,52 | 36,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 25,9 | 25,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ | 8 | 7 | 0,06 | 0,01 | 0,20 | 2,31 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 156 | 156 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 8,40 | 10,30 | 41,82 | 287,30 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,80 | 66,30 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 171 | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| | | | 0,60 | 0,60 | 14,80 | 66,30 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | | 40 | 0,30 | 0,00 | 0,70 | 5,20 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 44 | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,20 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | | 150/10/10 | 3,80 | 5,90 | 8,40 | 105,80 |
| КАРТОФЕЛЬ | 50 | 30 | 0,58 | 0,12 | 4,74 | 22,41 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 8 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,40 | 2,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 113 | 113 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,1 | 3,1 | 0,32 | 0,04 | 2,10 | 10,04 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,32 | 0,00 | 2,90 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0.02 шт. | 0,805 | 0,10 | 0,09 | 0,01 | 1,22 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 4,83 | 4,83 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 21,6 | 16 | 2,89 | 2,48 | 0,00 | 33,83 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,48 |

| | | | | | | |
|---|----------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | | 60 | 4,60 | 4,80 | 2,50 | 91,50 |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ мороженое | 57 | 55 | 8,54 | 0,32 | 0,00 | 36,81 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,43 | 0,37 | 0,70 | 7,86 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,6 | 2,6 | 0,01 | 2,09 | 0,02 | 18,87 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,6 | 2,6 | 0,27 | 0,03 | 1,77 | 8,42 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/5 шт. | 8,05 | 0,99 | 0,90 | 0,06 | 12,26 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0,00 | 1,94 | 0,00 | 17,44 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | | 120 | 2,32 | 3,92 | 15,60 | 107,40 |
| КАРТОФЕЛЬ | 138 | 82,8 | 1,61 | 0,32 | 13,10 | 61,85 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 33,33 | 25 | 0,32 | 0,03 | 1,68 | 8,49 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15,1 | 14,4 | 0,41 | 0,35 | 0,67 | 7,55 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,2 | 4,2 | 0,02 | 3,37 | 0,03 | 30,48 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 150 | 0,10 | 0,10 | 19,70 | 80,70 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 21,3 | 18,8 | 0,08 | 0,08 | 1,78 | 8,57 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 156 | 156 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 13,22 | 15,34 | 61,00 | 460,90 |
| Полдник | | | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | 160 | 6,50 | 9,80 | 17,70 | 209,20 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ | 84,1 | 82 | 14,47 | 14,64 | 0,00 | 189,31 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0,03 | 4,80 | 0,05 | 43,53 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 17,33 | 13 | 0,16 | 0,01 | 0,87 | 4,41 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,4 | 7 | 0,10 | 0,01 | 0,55 | 2,78 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 35,4 | 35 | 2,38 | 0,34 | 25,12 | 113,05 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,8 | 0,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | | 50 | 5,30 | 4,30 | 29,25 | 144,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 29,3 | 29,3 | 3,07 | 0,37 | 19,87 | 94,92 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,6 | 1,6 | 0,16 | 0,02 | 1,09 | 5,18 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 4,2 | 4,2 | 0,00 | 0,00 | 4,06 | 16,26 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0,01 | 0,81 | 0,01 | 7,26 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/8 шт. | 5,031 | 0,62 | 0,56 | 0,04 | 7,66 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 8,6 | 8,6 | 0,24 | 0,21 | 0,40 | 4,50 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 13,27 | 13,27 | 2,32 | 1,15 | 0,39 | 21,76 |
| ДРОЖЖИ | 0,3 | 0,3 | 0,04 | 0,01 | 0,01 | 0,22 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВАНИЛИН | 0,03 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/40 шт. | 1,006 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,53 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,49 | 0,00 | 4,37 |
| | | | 12,80 | 14,22 | 60,35 | 412,20 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 35,02 | 40,46 | 177,97 | 1 226,70 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 30 | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 10,6 | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,40 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | 155 | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,00 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 23 | 23 | 1,56 | 0,22 | 16,51 | 74,29 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 53 | 53 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 79 | 79 | 2,22 | 1,92 | 3,68 | 41,38 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,3 | 0,3 | 0,06 | 0,00 | 0,13 | 0,72 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 90 | 2,53 | 2,18 | 4,19 | 47,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 10,39 | 14,80 | 44,50 | 300,00 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 150 | 0,45 | 0,00 | 24,75 | 102,00 |
| | | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 40 | 0,40 | 0,10 | 1,50 | 9,60 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 42,3 | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 9,60 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | | 150/10/1 | 3,20 | 4,00 | 5,00 | 92,40 |
| КАРТОФЕЛЬ | 75 | 45 | 0,87 | 0,17 | 7,12 | 33,61 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 6 | 6 | 0,64 | 0,08 | 4,10 | 19,67 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 8 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,40 | 2,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ | 14,3 | 14 | 2,47 | 2,50 | 0,00 | 32,32 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,48 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | | 160 | 15,50 | 17,00 | 17,60 | 216,00 |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ | 121 | 100 | 17,36 | 3,59 | 0,00 | 123,19 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 20,3 | 20,3 | 1,38 | 0,19 | 14,57 | 65,57 |

| | | | | | | |
|--|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 48 | 40,5 | 0,55 | 0,08 | 3,22 | 16,11 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,3 | 4,3 | 0,02 | 3,44 | 0,03 | 31,20 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/5 шт. | 8,05 | 0,99 | 0,90 | 0,06 | 12,26 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/20 шт. | 2,013 | 0,25 | 0,22 | 0,01 | 3,07 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | 150 | 0,50 | 0,20 | 18,30 | 77,30 |
| Плоды шиповника сушеные | 15 | 15 | 0,49 | 0,20 | 7,03 | 41,32 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 21,70 | 21,92 | 56,50 | 465,60 |
| Полдник | | | | | | |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | | 50 | 8,30 | 5,33 | 0,20 | 81,00 |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ мороженое | 47,6 | 45,8 | 7,11 | 0,26 | 0,00 | 30,65 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,43 | 0,37 | 0,70 | 7,86 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,9 | 10 | 0,14 | 0,02 | 0,80 | 3,98 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,3 | 3,3 | 0,02 | 2,64 | 0,03 | 23,94 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 110 | 2,38 | 3,70 | 15,70 | 107,00 |
| КАРТОФЕЛЬ | 156,83 | 94,1 | 1,82 | 0,37 | 14,88 | 70,29 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 17,4 | 17,4 | 0,49 | 0,43 | 0,81 | 9,12 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0,02 | 3,12 | 0,03 | 28,29 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 75,00 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 33,33 | 30 | 0,12 | 0,12 | 2,85 | 13,68 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 125 | 125 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | | 50 | 2,00 | 4,60 | 24,10 | 164,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 38,5 | 38,5 | 4,04 | 0,49 | 26,10 | 124,73 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| ДРОЖИ | 0,12 | 0,12 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,09 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,56 | 0,49 | 0,93 | 10,48 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,58 | 0,00 | 5,23 |
| | | | 13,78 | 13,85 | 64,50 | 458,00 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 46,67 | 50,77 | 180,30 | 1 288,60 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | | 1,40 | 2,10 | 15,80 | 68,00 |
| ДЖЕМ | 13,3 | 11 | 0,07 | 0,01 | 8,02 | 31,24 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0,02 | 2,48 | 0,02 | 22,44 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16 | 16 | 1,20 | 0,46 | 8,22 | 41,92 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 30 | | 0,90 | 1,60 | 1,80 | 24,30 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 43,9 | 28,5 | 0,88 | 0,06 | 1,85 | 11,40 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,50 | 0,00 | 13,49 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,4 | 0,3 | 0,01 | 0,00 | 0,02 | 0,15 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 120 | | 12,30 | 16,70 | 2,30 | 119,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 2,3 шт. | 92,575 | 11,41 | 10,33 | 0,63 | 140,98 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 34,3 | 34,3 | 0,96 | 0,83 | 1,60 | 17,96 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,7 | 5,7 | 0,00 | 5,52 | 0,00 | 49,70 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 2,80 | 2,40 | 12,70 | 84,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2,4 | 2,4 | 0,24 | 0,00 | 1,25 | 5,96 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,53 | 2,18 | 4,19 | 47,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 17,40 | 22,80 | 32,60 | 295,30 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 150 | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ | 166,7 | 150 | 0,60 | 0,45 | 15,45 | 70,50 |
| | | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | 42,9 | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,60 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | | 4,20 | 6,30 | 5,70 | 98,10 |
| КАРТОФЕЛЬ | 30 | 18 | 0,35 | 0,07 | 2,84 | 13,44 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 37,5 | 30 | 0,52 | 0,03 | 1,37 | 8,15 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 10 | 7,5 | 0,10 | 0,01 | 0,50 | 2,55 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 1,5 | 1,5 | 0,05 | 0,00 | 0,17 | 0,96 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 21,6 | 16 | 2,89 | 2,48 | 0,00 | 33,83 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |

| | | | | | | |
|--|----------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,48 |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 50/50 | | 15,10 | 15,30 | 3,50 | 134,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 110 | 80,8 | 14,58 | 12,54 | 0,00 | 170,86 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 22,27 | 16,7 | 0,21 | 0,02 | 1,12 | 5,67 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,3 | 0,12 | 0,02 | 0,66 | 3,30 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,3 | 3,3 | 0,02 | 2,64 | 0,03 | 23,94 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,5 | 2,5 | 0,26 | 0,03 | 1,70 | 8,10 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 33,3 | 33,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | | 5,80 | 4,78 | 26,80 | 174,00 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 50,1 | 50,1 | 6,12 | 1,60 | 27,75 | 149,68 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 75,8 | 75,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,8 | 4,8 | 0,02 | 3,84 | 0,04 | 34,82 |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/10 | | 0,08 | 0,04 | 6,83 | 28,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВАРЕНЬЕ | 10 | 10 | 0,04 | 0,03 | 7,20 | 27,94 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| | | | 26,48 | 26,54 | 50,23 | 470,70 |
| Полдник | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | | 7,60 | 8,70 | 16,10 | 149,00 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 113,3 | 90,7 | 1,58 | 0,09 | 4,13 | 24,64 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 67,1 | 56,7 | 10,23 | 8,80 | 0,00 | 119,90 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 7,7 | 7,6 | 0,51 | 0,08 | 5,45 | 24,55 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,8 | 12,5 | 0,17 | 0,03 | 1,00 | 4,98 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,7 | 3,7 | 0,02 | 2,96 | 0,03 | 26,85 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0.13 шт. | 5,233 | 0,64 | 0,58 | 0,04 | 7,97 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,2 | 5,2 | 0,14 | 0,76 | 0,17 | 10,39 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,1 | 15,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 1,9 | 1,9 | 0,07 | 0,00 | 0,21 | 1,21 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | | 3,60 | 5,90 | 24,00 | 150,30 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,1 | 32,1 | 3,37 | 0,41 | 21,77 | 103,99 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,8 | 1,8 | 0,18 | 0,02 | 1,22 | 5,83 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5,5 | 5,5 | 0,00 | 0,00 | 5,33 | 21,29 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,6 | 1,6 | 0,00 | 0,00 | 1,55 | 6,19 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,4 | 7,4 | 0,04 | 5,93 | 0,06 | 53,69 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/40 шт. | 1,006 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,53 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,15 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,3 | 14,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,49 | 0,00 | 4,37 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | | 0,10 | 0,01 | 14,10 | 54,00 |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ | 12 | 12 | 0,11 | 0,01 | 0,35 | 3,96 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 161 | 161 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | | 2,80 | 2,50 | 4,50 | 56,50 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 56,51 |
| | | | 15,10 | 17,23 | 65,10 | 440,80 |

| | | | | |
|-----------------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 59,58 | 67,07 | 163,43 | 1 277,30 |
|-----------------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 30 | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | 155 | 5,00 | 7,30 | 18,30 | 158,00 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС" | 23 | 23 | 2,75 | 1,39 | 13,78 | 78,53 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 53 | 53 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 79 | 79 | 2,22 | 1,92 | 3,68 | 41,38 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 180 | 3,80 | 3,20 | 15,60 | 107,00 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2,4 | 2,4 | 0,56 | 0,35 | 0,23 | 6,73 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,09 | 2,67 | 5,12 | 57,62 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 78 | 78 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 12,04 | 14,60 | 40,90 | 327,00 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50 |
| | | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | | 40 | 0,60 | 6,10 | 4,80 | 76,80 |
| КАРТОФЕЛЬ | 48 | 28,8 | 0,56 | 0,12 | 4,55 | 21,51 |
| ЛУК ЗЕЛЕНый СВЕЖИЙ | 7,6 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,19 | 1,20 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 6 | 6 | 0,00 | 5,99 | 0,00 | 53,94 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | | 150/10/5 | 4,20 | 6,20 | 7,70 | 105,70 |
| СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 30,77 | 24 | 0,35 | 0,02 | 2,05 | 9,78 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 15 | 12 | 0,21 | 0,01 | 0,54 | 3,26 |
| КАРТОФЕЛЬ | 20 | 12 | 0,23 | 0,05 | 1,90 | 8,96 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 10 | 7,5 | 0,10 | 0,01 | 0,50 | 2,55 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 4,5 | 4,5 | 0,16 | 0,00 | 0,51 | 2,88 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 0,00 | 1,46 | 5,81 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 21,6 | 16 | 2,89 | 2,48 | 0,00 | 33,83 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

| | | | | | | |
|--|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | | 60 | 7,60 | 4,00 | 15,10 | 114,00 |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ мороженое | 43,2 | 40,8 | 6,33 | 0,23 | 0,00 | 27,31 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 6,4 | 6,4 | 0,47 | 0,18 | 3,19 | 16,27 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 9,6 | 9,6 | 0,27 | 0,23 | 0,45 | 5,02 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,1 шт. | 4,025 | 0,49 | 0,45 | 0,03 | 6,13 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0,01 | 1,92 | 0,02 | 17,41 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 9,1 | 9,1 | 0,25 | 0,22 | 0,43 | 4,76 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,01 | 1,28 | 0,01 | 11,61 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,6 | 1,6 | 0,16 | 0,02 | 1,09 | 5,18 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,9 | 1,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | 120 | 2,00 | 1,60 | 7,80 | 53,50 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 24,27 | 18,2 | 0,23 | 0,02 | 1,22 | 6,18 |
| РЕПА | 24,7 | 18,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ | 14,8 | 9,6 | 0,29 | 0,02 | 0,60 | 3,72 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 24 | 19,2 | 0,34 | 0,02 | 0,87 | 5,22 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1 | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,97 | 3,87 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,1 | 3,1 | 0,32 | 0,04 | 2,10 | 10,04 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,6 | 29,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,1 | 10,1 | 0,25 | 1,47 | 0,34 | 20,19 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 25 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 17,13 | 18,60 | 60,73 | 468,93 |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | | 100 | 17,70 | 9,10 | 16,10 | 221,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 94,7 | 93,3 | 16,29 | 8,15 | 2,72 | 152,95 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАННАЯ КРУПА | 6,7 | 6,7 | 0,67 | 0,07 | 4,59 | 21,38 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6,7 | 6,7 | 0,00 | 0,00 | 6,49 | 25,93 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,07 шт. | 2,818 | 0,35 | 0,31 | 0,02 | 4,29 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,7 | 2,7 | 0,00 | 2,62 | 0,00 | 23,54 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 4 | 4 | 0,51 | 0,00 | 2,39 | 11,59 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 4 | 4 | 0,10 | 0,58 | 0,14 | 7,99 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 150 | 4,40 | 3,00 | 7,30 | 74,20 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 159 | 158 | 4,44 | 3,83 | 7,35 | 82,76 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| МАНДАРИН | 136 | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,90 | 94,40 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 |
| | | | 25,70 | 15,90 | 45,80 | 427,60 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 55,67 | 49,30 | 162,23 | 1 288,53 |

МЕНЮ

Ясли 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 | 30 | | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 10,6 | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,40 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150 | | 2,60 | 2,50 | 18,50 | 128,00 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 7,5 | 7,5 | 0,51 | 0,08 | 5,38 | 24,23 |
| ПШЕНО | 7,5 | 7,5 | 0,83 | 0,19 | 5,12 | 25,61 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18 | 18 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 112,5 | 112,5 | 3,16 | 2,73 | 5,24 | 58,93 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0,02 | 3,60 | 0,04 | 32,65 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 4,5 | 4,5 | 0,00 | 0,00 | 4,36 | 17,42 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,3 | 0,3 | 0,06 | 0,00 | 0,13 | 0,72 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 90 | 2,53 | 2,18 | 4,19 | 47,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 9,19 | 11,20 | 42,10 | 274,00 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 150 | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ | 166,7 | 150 | 0,60 | 0,45 | 15,45 | 70,50 |
| | | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | | 0,60 | 2,30 | 1,20 | 36,50 |
| СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 48,72 | 38 | 0,55 | 0,04 | 3,24 | 15,48 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0,00 | 2,40 | 0,00 | 21,58 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/15 | | 3,40 | 1,80 | 9,40 | 67,40 |
| КАРТОФЕЛЬ | 100 | 60 | 1,16 | 0,23 | 9,49 | 44,81 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 8 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,40 | 2,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 23,2 | 17,1 | 3,08 | 2,66 | 0,00 | 36,16 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,8 | 1,5 | 0,02 | 0,00 | 0,12 | 0,60 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,024 шт. | 0,966 | 0,12 | 0,11 | 0,01 | 1,47 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

| | | | | | | |
|--|----------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | | 150 | 6,30 | 9,00 | 10,00 | 224,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 67,5 | 50 | 9,02 | 7,76 | 0,00 | 105,73 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0,01 | 2,00 | 0,02 | 18,14 |
| КАРТОФЕЛЬ | 239,58 | 143,75 | 2,79 | 0,56 | 22,73 | 107,37 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12,5 | 10 | 0,14 | 0,02 | 0,80 | 3,98 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,25 | 1,25 | 0,01 | 1,00 | 0,01 | 9,07 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,25 | 1,25 | 0,01 | 1,00 | 0,01 | 9,07 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,5 | 2,5 | 0,32 | 0,00 | 1,49 | 7,25 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 20 | 0,30 | 0,80 | 1,20 | 14,90 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 |
| ФРУКТЫ СУШЕННЫЕ (КУРАГА) | 15 | 15 | 0,76 | 0,05 | 7,42 | 33,76 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 25 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| | | | 12,53 | 14,10 | 38,23 | 479,43 |
| Полдник | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 50 | 0,60 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 52,9 | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | | 120 | 4,20 | 6,70 | 23,10 | 192,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,5 | 32,5 | 3,47 | 0,41 | 22,22 | 106,55 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,01 | 1,20 | 0,01 | 10,88 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,4 шт. | 16,1 | 1,98 | 1,79 | 0,11 | 24,52 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 19,4 | 19,4 | 0,54 | 0,48 | 0,90 | 10,17 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0,02 | 3,12 | 0,03 | 28,29 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 158 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ | 4 | 3,5 | 0,03 | 0,00 | 0,11 | 1,15 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | 50 | 1,70 | 8,10 | 34,00 | 134,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 2,62 | 0,32 | 16,96 | 81,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,3 | 1,3 | 0,00 | 0,00 | 1,26 | 5,03 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0,01 | 0,81 | 0,01 | 7,26 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/31 шт. | 1,288 | 0,16 | 0,15 | 0,01 | 1,96 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,15 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 10 | 10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 2,79 | 1,40 | 0,47 | 26,23 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 0,00 | 1,75 | 6,96 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/25 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| ВАНИЛИН | 0,002 | 0,002 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,11 | 0,01 | 0,68 | 3,24 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/40 шт. | 1,006 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,53 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,19 | 0,00 | 1,75 |

| | | | | |
|-----------------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| | 7,57 | 15,03 | 72,50 | 398,00 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 29,89 | 40,83 | 168,33 | 1 221,93 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | | 1,40 | 2,10 | 15,80 | 68,00 |
| ДЖЕМ | 13,3 | 11 | 0,07 | 0,01 | 8,02 | 31,24 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0,02 | 2,48 | 0,02 | 22,44 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16 | 16 | 1,20 | 0,46 | 8,22 | 41,92 |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | | 3,42 | 4,70 | 13,70 | 142,00 |
| ПШЕНО | 30 | 30 | 3,35 | 0,79 | 20,49 | 102,43 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76 | 76 | 2,13 | 1,84 | 3,54 | 39,81 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 2,80 | 2,40 | 12,70 | 84,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2,4 | 2,4 | 0,24 | 0,00 | 1,25 | 5,96 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,53 | 2,18 | 4,19 | 47,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 7,62 | 9,20 | 42,20 | 294,00 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 150 | 0,45 | 0,00 | 24,75 | 102,00 |
| | | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | 42,9 | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,60 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 150/10 | | 2,70 | 3,40 | 15,00 | 125,10 |
| КАРТОФЕЛЬ | 50 | 30 | 0,58 | 0,12 | 4,74 | 22,41 |
| ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ | 12,2 | 12 | 2,68 | 0,18 | 5,60 | 34,80 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 10 | 7,5 | 0,10 | 0,01 | 0,50 | 2,55 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 19 | 16 | 1,16 | 0,45 | 7,97 | 40,66 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | | 6,40 | 12,10 | 5,90 | 121,00 |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ мороженое | 48 | 45 | 6,98 | 0,26 | 0,00 | 30,12 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9 | 9 | 0,66 | 0,25 | 4,49 | 22,87 |

| | | | | | | |
|--|---------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/7 шт. | 5,756 | 0,71 | 0,64 | 0,04 | 8,77 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0,01 | 1,60 | 0,02 | 14,51 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 9 | 9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | | 120 | 1,70 | 0,10 | 7,80 | 69,40 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 35,2 | 26,4 | 0,33 | 0,03 | 1,77 | 8,96 |
| КАРТОФЕЛЬ | 41,33 | 24,8 | 0,49 | 0,10 | 3,92 | 18,53 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ | 18,4 | 12 | 0,36 | 0,02 | 0,76 | 4,66 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 33,6 | 26,4 | 0,47 | 0,03 | 1,20 | 7,17 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,56 | 0,49 | 0,93 | 10,48 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,8 | 4,8 | 0,02 | 3,84 | 0,04 | 34,82 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,8 | 4,8 | 0,50 | 0,06 | 3,26 | 15,55 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,90 | 87,80 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 25,5 | 22,5 | 0,09 | 0,09 | 2,14 | 10,26 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 6 | 6 | 0,01 | 0,00 | 4,55 | 18,22 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 147,8 | 147,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 13,30 | 16,32 | 62,70 | 479,20 |
| Полдник | | | | | | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | 60 | 8,93 | 6,74 | 8,97 | 205,10 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 60 | 50,5 | 9,11 | 7,84 | 0,00 | 106,79 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10,7 | 10,7 | 0,78 | 0,30 | 5,34 | 27,19 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,3 | 14,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,77 | 0,00 | 3,58 | 17,39 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,7 | 3,7 | 0,02 | 2,96 | 0,03 | 26,85 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | | 120 | 2,32 | 3,92 | 15,60 | 107,40 |
| КАРТОФЕЛЬ | 138 | 82,8 | 1,61 | 0,32 | 13,10 | 61,85 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 33,33 | 25 | 0,32 | 0,03 | 1,68 | 8,49 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15,1 | 14,4 | 0,41 | 0,35 | 0,67 | 7,55 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,2 | 4,2 | 0,02 | 3,37 | 0,03 | 30,48 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| | | | 13,35 | 11,28 | 45,67 | 410,80 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 35,07 | 37,00 | 165,37 | 1 249,00 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 30 | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | | 40 | 1,20 | 2,10 | 2,40 | 32,40 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ | 58,5 | 38 | 1,18 | 0,08 | 2,47 | 15,20 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 17,98 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,5 | 0,4 | 0,01 | 0,00 | 0,03 | 0,20 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | 100 | 10,30 | 13,92 | 1,92 | 93,20 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1.92 шт. | 77,28 | 9,52 | 8,62 | 0,52 | 117,69 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 28,6 | 28,6 | 0,81 | 0,70 | 1,33 | 14,98 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4,7 | 4,7 | 0,00 | 4,56 | 0,00 | 40,98 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 180 | 3,80 | 3,20 | 15,60 | 107,00 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2,4 | 2,4 | 0,56 | 0,35 | 0,23 | 6,73 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,09 | 2,67 | 5,12 | 57,62 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 78 | 78 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 18,54 | 23,32 | 26,92 | 294,60 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | | 150 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ | 166,7 | 150 | 0,60 | 0,45 | 15,45 | 70,50 |
| | | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | 40 | 0,34 | 0,04 | 3,15 | 33,00 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 28,27 | 21,2 | 0,27 | 0,02 | 1,42 | 7,20 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 20 | 17,6 | 0,07 | 0,07 | 1,72 | 8,27 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 17,98 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | | 150/10/5 | 4,10 | 3,40 | 3,00 | 107,00 |
| КАРТОФЕЛЬ | 75 | 45 | 0,87 | 0,17 | 7,12 | 33,61 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 3 | 3 | 0,27 | 0,03 | 1,95 | 9,17 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 8 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,40 | 2,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 | 3 | 0,04 | 0,01 | 0,24 | 1,19 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 10,1 | 9 | 0,07 | 0,01 | 0,15 | 1,13 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 112,5 | 112,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 21,6 | 16 | 2,89 | 2,48 | 0,00 | 33,83 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |

| | | | | | | |
|--|--------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | | 60 | 11,22 | 2,36 | 9,33 | 103,00 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ | 45 | 44 | 7,77 | 7,86 | 0,00 | 101,58 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 11 | 11 | 0,81 | 0,31 | 5,48 | 27,96 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,45 | 0,39 | 0,75 | 8,38 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0,01 | 1,60 | 0,02 | 14,51 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,77 | 0,00 | 3,58 | 17,39 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ | | 110 | 1,80 | 4,10 | 11,40 | 89,00 |
| СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 153,85 | 120 | 1,75 | 0,12 | 10,24 | 48,89 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,1 | 1,1 | 0,00 | 0,00 | 1,07 | 4,26 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (КИШ-МИШ) | 15 | 15 | 0,34 | 0,08 | 9,57 | 40,89 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 19,86 | 10,52 | 46,78 | 487,30 |
| Полдник | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | | 40 | 4,90 | 4,50 | 0,30 | 63,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1 шт. | 40,25 | 4,96 | 4,49 | 0,27 | 61,29 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | 120 | 2,00 | 1,60 | 7,80 | 53,50 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 24,27 | 18,2 | 0,23 | 0,02 | 1,22 | 6,18 |
| РЕПА | 24,7 | 18,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 14,8 | 9,6 | 0,29 | 0,02 | 0,60 | 3,72 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 24 | 19,2 | 0,34 | 0,02 | 0,87 | 5,22 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1 | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,97 | 3,87 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,1 | 3,1 | 0,32 | 0,04 | 2,10 | 10,04 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,6 | 29,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,1 | 10,1 | 0,25 | 1,47 | 0,34 | 20,19 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | | 30 | 4,20 | 5,40 | 22,40 | 152,00 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | | 150/10 | 0,08 | 0,04 | 6,83 | 28,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВАРЕНЬЕ | 10 | 10 | 0,04 | 0,03 | 7,20 | 27,94 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,50 | 56,50 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 56,51 |
| | | | 15,68 | 14,24 | 52,43 | 404,00 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 54,68 | 48,58 | 141,63 | 1 256,40 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 30 | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 10,6 | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,40 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | 155 | 4,20 | 5,60 | 18,70 | 142,10 |
| МАННАЯ КРУПА | 23 | 23 | 2,30 | 0,22 | 15,75 | 73,40 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76 | 76 | 2,13 | 1,84 | 3,54 | 39,81 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,3 | 0,3 | 0,06 | 0,00 | 0,13 | 0,72 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 90 | 2,53 | 2,18 | 4,19 | 47,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 10,79 | 14,30 | 42,30 | 288,10 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ | | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ | 150 | 150 | 0,75 | 0,00 | 19,05 | 82,50 |
| | | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 40 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | 42,9 | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,60 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | | 150/10/5 | 4,50 | 3,30 | 11,90 | 96,10 |
| КАРТОФЕЛЬ | 112,5 | 67,5 | 1,31 | 0,26 | 10,67 | 50,42 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 8 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,40 | 2,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ | 14,3 | 14 | 2,47 | 2,50 | 0,00 | 32,32 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,48 |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | | 50 | 11,20 | 4,90 | 4,50 | 108,00 |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ | 68 | 56 | 9,72 | 2,01 | 0,00 | 68,99 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6 | 5 | 0,07 | 0,01 | 0,40 | 1,99 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 10,67 | 8 | 0,10 | 0,01 | 0,53 | 2,72 |

| | | | | | | |
|---|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| КАРТОФЕЛЬ | 8,33 | 5 | 0,10 | 0,02 | 0,80 | 3,73 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0,02 | 2,41 | 0,02 | 21,77 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/8 шт. | 5,031 | 0,62 | 0,56 | 0,04 | 7,66 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0,01 | 0,81 | 0,01 | 7,26 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | | 150 | 2,40 | 6,90 | 13,40 | 125,00 |
| КАРТОФЕЛЬ | 80 | 48 | 0,93 | 0,18 | 7,59 | 35,85 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 29,91 | 22,43 | 0,28 | 0,02 | 1,50 | 7,61 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,3 | 12,01 | 0,16 | 0,02 | 0,95 | 4,77 |
| РЕПА | 32,3 | 23,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 37,5 | 30 | 0,52 | 0,03 | 1,37 | 8,15 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0,03 | 4,80 | 0,05 | 43,53 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,4 | 3,4 | 0,36 | 0,04 | 2,31 | 11,02 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 33,9 | 33,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 11,25 | 11,25 | 0,28 | 1,64 | 0,38 | 22,48 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ | | 150 | 0,00 | 0,00 | 15,00 | 57,00 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 18 | 18 | 0,00 | 0,00 | 13,90 | 55,59 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 142,5 | 142,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| | | | 21,60 | 15,90 | 66,70 | 495,10 |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | | 80 | 14,20 | 7,30 | 12,90 | 177,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 75,8 | 74,6 | 13,03 | 6,51 | 2,17 | 122,29 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАННАЯ КРУПА | 5,4 | 5,4 | 0,54 | 0,05 | 3,70 | 17,24 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5,4 | 5,4 | 0,00 | 0,00 | 5,23 | 20,90 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0.06 шт. | 2,415 | 0,30 | 0,27 | 0,02 | 3,68 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,2 | 2,2 | 0,00 | 2,13 | 0,00 | 19,19 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3,2 | 3,2 | 0,41 | 0,00 | 1,91 | 9,27 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3,2 | 3,2 | 0,08 | 0,47 | 0,11 | 6,39 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 150 | 4,40 | 3,00 | 7,30 | 74,20 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 159 | 158 | 4,44 | 3,83 | 7,35 | 82,76 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| МАНДАРИН | 136 | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | | 50 | 3,60 | 5,90 | 24,00 | 150,30 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,1 | 32,1 | 3,37 | 0,41 | 21,77 | 103,99 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,8 | 1,8 | 0,18 | 0,02 | 1,22 | 5,83 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5,5 | 5,5 | 0,00 | 0,00 | 5,33 | 21,29 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,6 | 1,6 | 0,00 | 0,00 | 1,55 | 6,19 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,4 | 7,4 | 0,04 | 5,93 | 0,06 | 53,69 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/40 шт. | 1,006 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,53 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,15 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,3 | 14,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,49 | 0,00 | 4,37 |
| | | | 23,00 | 16,40 | 51,70 | 439,50 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 56,19 | 46,80 | 175,50 | 1 287,70 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | | 1,40 | 2,10 | 15,80 | 68,00 |
| ДЖЕМ | 13,3 | 11 | 0,07 | 0,01 | 8,02 | 31,24 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0,02 | 2,48 | 0,02 | 22,44 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16 | 16 | 1,20 | 0,46 | 8,22 | 41,92 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | | 5,00 | 7,30 | 18,30 | 128,00 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС" | 23 | 23 | 2,75 | 1,39 | 13,78 | 78,53 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 53 | 53 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 79 | 79 | 2,22 | 1,92 | 3,68 | 41,38 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 2,80 | 2,40 | 12,70 | 84,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2,4 | 2,4 | 0,24 | 0,00 | 1,25 | 5,96 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,53 | 2,18 | 4,19 | 47,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 9,20 | 11,80 | 46,80 | 280,00 |
| II Завтрак | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 100 | | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 |
| БАНАНЫ СВЕЖИЕ | 143 | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 |
| | | | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | | 0,30 | 0,00 | 0,70 | 5,20 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 44 | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,20 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | | 4,20 | 6,20 | 7,70 | 100,70 |
| СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 30,77 | 24 | 0,35 | 0,02 | 2,05 | 9,78 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 15 | 12 | 0,21 | 0,01 | 0,54 | 3,26 |
| КАРТОФЕЛЬ | 20 | 12 | 0,23 | 0,05 | 1,90 | 8,96 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 10 | 7,5 | 0,10 | 0,01 | 0,50 | 2,55 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 4,5 | 4,5 | 0,16 | 0,00 | 0,51 | 2,88 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 0,00 | 1,46 | 5,81 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 21,6 | 16 | 2,89 | 2,48 | 0,00 | 33,83 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 60 | | 11,00 | 0,40 | 0,00 | 139,00 |

| | | | | | | |
|--|----------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ФИЛЕ ТРЕСКИ мороженое | 79,2 | 76,8 | 11,92 | 0,45 | 0,00 | 51,40 |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 3,2 | 2,4 | 0,03 | 0,00 | 0,16 | 0,81 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 | 2,4 | 0,03 | 0,00 | 0,19 | 0,95 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 20 | 0,30 | 1,00 | 1,20 | 14,80 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 120 | 2,60 | 4,00 | 17,10 | 117,00 |
| КАРТОФЕЛЬ | 171 | 102,6 | 1,99 | 0,40 | 16,22 | 76,63 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 19 | 18 | 0,50 | 0,44 | 0,83 | 9,43 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,2 | 4,2 | 0,02 | 3,37 | 0,03 | 30,48 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 158 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 21,6 | 21,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ | 4 | 3,5 | 0,03 | 0,00 | 0,11 | 1,15 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 20 | 1,30 | 0,13 | 8,50 | 41,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 20,87 | 12,24 | 50,00 | 486,00 |
| Полдник | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | 170 | 7,60 | 8,70 | 16,10 | 149,00 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 113,3 | 90,7 | 1,58 | 0,09 | 4,13 | 24,64 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 67,1 | 56,7 | 10,23 | 8,80 | 0,00 | 119,90 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 7,7 | 7,6 | 0,51 | 0,08 | 5,45 | 24,55 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,8 | 12,5 | 0,17 | 0,03 | 1,00 | 4,98 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,7 | 3,7 | 0,02 | 2,96 | 0,03 | 26,85 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0.13 шт. | 5,233 | 0,64 | 0,58 | 0,04 | 7,97 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,2 | 5,2 | 0,14 | 0,76 | 0,17 | 10,39 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,1 | 15,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 1,9 | 1,9 | 0,07 | 0,00 | 0,21 | 1,21 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 73,50 |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ | 33,33 | 30 | 0,12 | 0,09 | 3,00 | 13,68 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 129 | 129 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | | 50 | 2,30 | 6,00 | 24,20 | 134,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 20,5 | 20,5 | 2,14 | 0,26 | 13,90 | 66,42 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 0,00 | 1,46 | 5,81 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,2 | 2,2 | 0,01 | 1,77 | 0,02 | 15,97 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,05 шт. | 2,013 | 0,25 | 0,22 | 0,01 | 3,07 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,15 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 5,4 | 5,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,11 | 0,01 | 0,68 | 3,24 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 33,8 | 27 | 0,48 | 0,03 | 1,23 | 7,33 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,00 | 1,55 | 0,00 | 13,95 |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|-----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,056 шт. | 2,254 | 0,28 | 0,25 | 0,02 | 3,43 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,7 | 0,7 | 0,00 | 0,68 | 0,00 | 6,10 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,3 | 0,3 | 0,01 | 0,00 | 0,02 | 0,15 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,19 | 0,00 | 1,75 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,025 шт. | 1,006 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,53 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,50 | 56,50 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 56,51 |
| | | | 13,80 | 17,42 | 69,30 | 444,00 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 45,37 | 41,96 | 187,10 | 1 306,00 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,10 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 23 | 23 | 1,56 | 0,22 | 16,51 | 74,29 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 53 | 53 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 79 | 79 | 2,22 | 1,92 | 3,68 | 41,38 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3 | 3 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 33,60 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 0,4 | 0,4 | 0,08 | 0,00 | 0,16 | 0,96 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 194,4 | 194,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| | | | 7,04 | 10,20 | 36,30 | 249,70 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 150 | 0,45 | 0,00 | 24,75 | 102,00 |
| | | | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | | 0,60 | 2,30 | 3,20 | 36,50 |
| СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 48,72 | 38 | 0,55 | 0,04 | 3,24 | 15,48 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0,00 | 2,40 | 0,00 | 21,58 |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | | 4,30 | 5,60 | 9,80 | 97,40 |
| КАРТОФЕЛЬ | 75 | 45 | 0,87 | 0,17 | 7,12 | 33,61 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,08 | 0,01 | 0,48 | 2,39 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 10,1 | 9 | 0,07 | 0,01 | 0,15 | 1,13 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 112,5 | 112,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 21,6 | 16 | 2,89 | 2,48 | 0,00 | 33,83 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | | 10,24 | 5,12 | 1,84 | 94,00 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ | 42,5 | 41,5 | 7,32 | 7,41 | 0,00 | 95,81 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1/4 шт. | 10,063 | 1,24 | 1,13 | 0,07 | 15,33 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,2 | 2,2 | 0,01 | 1,77 | 0,02 | 15,97 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 12,3 | 12,3 | 0,35 | 0,30 | 0,57 | 6,44 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,1 | 2,1 | 0,01 | 1,68 | 0,02 | 15,24 |

| | | | | | | |
|---|-----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,1 | 2,1 | 0,22 | 0,03 | 1,43 | 6,80 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 2,5 | 2,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | | 120 | 3,20 | 2,70 | 15,50 | 97,40 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 40,6 | 40,6 | 4,34 | 0,51 | 27,76 | 133,11 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,8 | 0,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0,02 | 3,12 | 0,03 | 28,29 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 73,50 |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ | 33,33 | 30 | 0,12 | 0,09 | 3,00 | 13,68 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 129 | 129 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,70 | 51,70 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 |
| | | | 21,24 | 16,52 | 66,84 | 489,80 |
| Полдник | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 40 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | 42,9 | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,60 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | | 120 | 14,00 | 13,20 | 13,50 | 144,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 93,2 | 68,5 | 12,36 | 10,63 | 0,00 | 144,85 |
| КАРТОФЕЛЬ | 136,5 | 81,9 | 1,59 | 0,32 | 12,95 | 61,17 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,4 | 7,1 | 0,10 | 0,01 | 0,56 | 2,82 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,8 | 2,8 | 0,01 | 2,24 | 0,02 | 20,31 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 150 | 0,30 | 0,00 | 20,80 | 85,00 |
| ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ (КУРАГА) | 15 | 15 | 0,76 | 0,05 | 7,42 | 33,76 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | | 50 | 3,80 | 7,10 | 24,80 | 164,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 35,56 | 35,56 | 3,72 | 0,45 | 24,11 | 115,21 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,48 | 1,48 | 0,16 | 0,02 | 1,00 | 4,79 |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ | 3,7 | 3,7 | 0,00 | 0,00 | 3,58 | 14,32 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,11 | 1,11 | 0,01 | 0,89 | 0,01 | 8,05 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,48 | 1,48 | 0,00 | 1,44 | 0,00 | 12,91 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 3/100 шт. | 1,208 | 0,15 | 0,14 | 0,01 | 1,84 |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ДРОЖЖИ | 0,14 | 0,14 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,11 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,6 | 15,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,25 | 0,25 | 0,00 | 0,24 | 0,00 | 2,18 |
| | | | 19,40 | 20,42 | 66,50 | 429,60 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 48,48 | 47,34 | 184,44 | 1 234,10 |