



## МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ</b>		<b>130</b>	5,3	5,1	24,7	165,5
КРУПА МАННАЯ	25	25	2,5	0,3	17,2	79,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b>		<b>40</b>	2,6	4,2	17,1	116,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ	35	35	2,6	0,2	17,1	80,4
МУКА ВЫСШ.СОРТ						
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	3,3	2,7	12,8	89,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	80	80	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
			<b>11,2</b>	<b>12,0</b>	<b>54,6</b>	<b>371,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,5	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С</b>		<b>40</b>	0,7	3,0	3,8	44,2
СВЕКЛА	58,67	44	0,7	0	3,8	17,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЧЕСНОК	0,12	0,1	0	0	0	0,1
<b>СУП С ГОРОХОМ И</b>		<b>150</b>	8,7	6,3	17,2	160,5
КАРТОФЕЛЬ	88,33	53	1,1	0,2	8,3	39,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15,08	15	3,4	0,2	7	43,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6
<b>ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ</b>		<b>60</b>	13,8	7,1	7,4	148,4
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ	89,55	60	11,9	3,8	0	81,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,5	2	0,1	0	0,2	1,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	5	5	0,1	0,1	0,2	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ</b>		<b>110</b>	3,8	3,1	22,8	134,2

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
МОРКОВЬ	10,27	7,7	0,1	0	0,5	2,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	8,31	5,4	0,2	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,5	5,5	0,3	0	1	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>13,8</b>	<b>68,4</b>
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
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>29,5</b>	<b>20,0</b>	<b>77,7</b>	<b>616,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ</b>		<b>40</b>	<b>4,1</b>	<b>8,9</b>	<b>11,6</b>	<b>143,2</b>
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,3	3	0	36,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,8	0,1	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	23	23	1,8	0,1	11,5	54,5
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>75,1</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	17,7	75,1
			<b>5,0</b>	<b>9,1</b>	<b>29,2</b>	<b>218,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,1</b>	<b>41,5</b>	<b>171,3</b>	<b>1 253,6</b>

**МЕНЮ**

1-3 год

**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ</b>		<b>130</b>	17,0	11,0	14,5	229,4
ТВОРОГ 5.0% ЖИРНОСТИ	87	87	15.2	7.6	2.5	142.6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,1	5,1	0,6	0,1	3,5	16,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.08 шт.	3.4	0.4	0.4	0	5.1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,5	1,5	0,2	0	0,9	4,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,5	3,5	0,1	0,5	0,1	7,0
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>150</b>	0,2		7,3	31,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,5	5	0	0	0,2	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,2	47,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>40</b>	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			<b>20,3</b>	<b>11,3</b>	<b>41,9</b>	<b>355,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>КЕФИР</b>		<b>150</b>	4,5	0,2	6,0	46,5
КЕФИР 2.5 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	3,8	6	79,5
			<b>4,5</b>	<b>0,2</b>	<b>6,0</b>	<b>46,5</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ</b>		<b>40</b>	0,7	3,1	3,6	45,2
КАРТОФЕЛЬ	21,67	13	0,3	0,1	2	9,7
МОРКОВЬ	11,73	8,8	0,1	0	0,6	3,1
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	12,4	6,8	0,1	0	0,1	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,1	6,8	0,1	0	0,6	2,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	6,8	4,4	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	3	0	27,0
<b>СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ</b>		<b>150</b>	9,1	10,3	13,9	189,7
СВЕКЛА	56	42	0,6	0	3,6	17,1
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
КАРТОФЕЛЬ	61,67	37	0,7	0,1	5,8	27,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
БУЛЬОН КУРИННЫЙ	120	120	7,1	6	0,3	84,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	2,3	2,3	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,8	4,4
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ</b>		<b>160</b>	16,5	14,6	9,1	235,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	32,6
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. КАТЕГОРИИ	104,17	75	13,6	11,7	0	160,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	3,53	3	0,2	0	0,9	4,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ</b>		<b>150</b>	0,3	0,1	15,1	63,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,3	0	8,3	36,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>28,6</b>	<b>28,4</b>	<b>54,4</b>	<b>595,5</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>30</b>	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ	0	0	0	0	0	0,0
<b>МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ</b>		<b>150</b>	5,3	4,6	8,9	99,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	190,1	190,1	5,3	4,7	8,8	99,6
			<b>7,6</b>	<b>7,5</b>	<b>31,2</b>	<b>224,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,0</b>	<b>47,4</b>	<b>133,5</b>	<b>1 222,0</b>

## МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ</b>		<b>40</b>	1,2	0,1	2,5	15,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	61,5	40	1,2	0,1	2,5	15,5
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>		<b>110</b>	10,8	11,0	2,0	149,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	2,7	2,3	11,1	76,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>17,0</b>	<b>13,6</b>	<b>30,7</b>	<b>313,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>АПЕЛЬСИН</b>		<b>100</b>	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕНЬЙ</b>		<b>40</b>	0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	72,7	40	0,3	0	0,7	5,2
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b>		<b>150</b>	9,3	4,3	11,7	122,6
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ	56,12	37,6	7,5	2,3	0	51,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b>		<b>170</b>	12,6	13,0	20,7	250,1
ГОВЯДИНА Б/К	65,7	55,4	10	8,6	0	117,2
КАРТОФЕЛЬ	207,33	124,4	2,4	0,5	19,7	92,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,4	12,9	0,2	0	1,1	5,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	0,1	0,1	10,1	43,1
ЯБЛОКИ	39,77	35	0,1	0,1	3,3	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>47,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			<b>25,8</b>	<b>17,8</b>	<b>65,9</b>	<b>529,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА РОЗОВАЯ</b>		<b>40</b>	<b>4,3</b>	<b>5,0</b>	<b>25,4</b>	<b>163,7</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,4	0,4	21,7	103,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	3,07	2,3	0	0	0,2	1,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	<b>2,7</b>	<b>2,3</b>	<b>10,3</b>	<b>73,4</b>
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
			<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>35,7</b>	<b>237,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,7</b>	<b>38,9</b>	<b>140,4</b>	<b>1 123,0</b>

МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		<b>60</b>	8,5	9,6	5,5	142,2
ГОВЯДИНА Б/К	48,58	41	7,4	6,4	0	86,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,6	0	3,9	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА ВОДЕ</b>		<b>110</b>	3,3	3,0	14,9	99,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	27,1	26,8	3,3	0,9	14,8	80,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,9	85,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>160</b>	0,2		6,5	27,6
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
ЛИМОН	4,9	4,4	0	0	0,1	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,2	42,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>14,0</b>	<b>12,9</b>	<b>39,6</b>	<b>330,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЙОГУРТ</b>		<b>150</b>	4,2	3,8	6,8	84,8
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	154,96	150	4,2	3,8	6,8	84,8
			<b>4,2</b>	<b>3,8</b>	<b>6,8</b>	<b>84,8</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ</b>		<b>40</b>	0,7	3,1	2,7	41,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,75	35	0,6	0	1,6	9,5
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	3	0	27,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО</b>		<b>150</b>	5,9	7,3	12,2	141,4
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50	1	0,2	8	37,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	3,03	3	0,3	0	1,9	9,1
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	16,4	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6

МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b>		<b>40</b>	2,6	4,2	17,1	116,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,6	0,2	17,1	80,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>		<b>130</b>	5,6	5,5	24,7	171,1
ПШЕНО	25,25	25	2,8	0,7	17,1	85,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,19	0,19	0	0	0	0,0
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	3,3	2,7	12,8	89,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
			<b>11,5</b>	<b>12,4</b>	<b>54,6</b>	<b>377,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>100</b>	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,5	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ</b>		<b>40</b>	0,6	3,0	3,7	44,5
КАРТОФЕЛЬ	16,67	10	0,2	0	1,6	7,5
СВЕКЛА	13,33	10	0,2	0	0,9	4,1
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	14,5	8	0,1	0	0,1	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ</b>		<b>150</b>	8,2	3,6	12,9	117,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	60,87	42	6,5	0,4	0	29,3
КАРТОФЕЛЬ	117,5	70,5	1,4	0,3	11,2	52,7
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	104	104	0	0	0	0,0
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С</b>		<b>170</b>	13,8	13,1	11,8	225,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	79,7	63,8	1,1	0,1	2,9	17,4
ГОВЯДИНА Б/К	71,8	60,6	11	9,4	0	128,1
КРУПА РИСОВАЯ	5,4	5,3	0,4	0,1	3,8	17,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,1	4,3	0,1	0	0,4	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10,6	10,6	0,5	0	1,9	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0

МОРКОВЬ	14,13	10,6	0,1	0	0,7	3,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)</b>		<b>150</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>16,4</b>	<b>68,0</b>
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>47,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			<b>26,4</b>	<b>20,2</b>	<b>67,5</b>	<b>563,3</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ВАТРУШКА "ЛАКОМКА"</b>		<b>40</b>	<b>7,1</b>	<b>8,0</b>	<b>14,1</b>	<b>157,6</b>
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	30	30	5,2	2,6	0,9	49,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12,2	12,2	1,3	0,2	8,2	39,5
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5,6	5,6	0	4,5	0	40,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,9
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
<b>МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ</b>		<b>160</b>	<b>4,6</b>	<b>4,0</b>	<b>7,7</b>	<b>86,4</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,6	4	7,7	86,4
			<b>11,7</b>	<b>12,0</b>	<b>21,8</b>	<b>244,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,0</b>	<b>45,0</b>	<b>153,7</b>	<b>1 231,3</b>

0,78	8,8	8,0	8,0	100		
0,78	8,8	8,0	8,0	100		
0,78	8,8	8,0	8,0	100		
2,44	2,2	2,0	2,0	40		
2,2	2,1	0	2,0	10		
1,4	0,8	0	2,0	10		
0,78	0,0	0	1,0	10		
1,0	0,1	0	0,1	8		
2,4	0,2	0	1,0	3		
2,4	0	0	0	7		
0,11	0,01	0,0	0,2	150		
2,4	0	0,1	0,2	42		
2,2	2,2	0,2	1,8	202		
	0,8	0	0,2	12		
2,4	1	0	0,2	12		
2,4	0	0,9	0	7		
0,0	0	0	0,0	0,0		
0,0	0	0	0	104		
2,25	4,1	1,1	2,2	170		
2,4	2,8	0,1	1,1	68		
1,38	0	0,8	1,1	60,6		
1,7	1,8	0,1	0,8	23		
1,2	0,4	0	0,1	43		
1,2	0	0,1	0	25		
1,2	0,2	1,2	0,2	8		
2,4	1,1	0	0,1	2,6		
2,4	0	0	0	0,0		
1,2	1,1	0	0,2	10,6		

# МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ЖИДКАЯ</b>	<b>130</b>		5,2	6,0	19,6	154,1
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b>	<b>40</b>		4,6	3,1	15,1	107,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,3	3	0	36,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>180</b>		2,7	2,3	11,1	76,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			<b>12,5</b>	<b>11,4</b>	<b>45,8</b>	<b>338,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>РЯЖЕНКА</b>	<b>150</b>		9,0	3,0	12,6	120,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	309,9	300	8,7	7,5	12,6	162,0
			<b>9,0</b>	<b>3,0</b>	<b>12,6</b>	<b>120,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ</b>	<b>40</b>		0,5	1,4	2,6	25,3
МОРКОВЬ	51,2	38,4	0,5	0	2,5	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ</b>	<b>150</b>		5,6	7,7	8,1	127,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,75	15	0,3	0	0,7	4,1
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	10,77	7	0,2	0	0,5	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ</b>	<b>160</b>		16,0	8,5	21,7	243,6
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	80,65	75	13	2,7	0	92,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ	188,33	113	2,2	0,5	17,8	84,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,44	11,29	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,4	0	1,9	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0	0	0	0,0

МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,1</b>
ЯБЛОКИ	39,77	35	0,1	0,1	3,3	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>24,2</b>	<b>18,0</b>	<b>55,2</b>	<b>500,6</b>

**Полдник**

<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b>		<b>20</b>	<b>1,1</b>	<b>4,1</b>	<b>7,3</b>	<b>70,7</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b>		<b>40</b>	<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>0,3</b>	<b>63,0</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>75,1</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	17,7	75,1
			<b>7,1</b>	<b>8,9</b>	<b>25,2</b>	<b>208,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,8</b>	<b>41,3</b>	<b>138,8</b>	<b>1 167,8</b>

**МЕНЮ**

1-3 год

**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ</b>		<b>40</b>	1,2	0,1	2,5	15,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	61,6	40	1,2	0,1	2,5	15,5
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>		<b>110</b>	10,8	11,0	2,0	149,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	3,3	2,7	12,8	89,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>40</b>	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			<b>18,4</b>	<b>14,1</b>	<b>37,4</b>	<b>349,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>АПЕЛЬСИН</b>		<b>100</b>	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ</b>		<b>40</b>	0,6	2,0	3,3	33,5
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
СВЕКЛА	35,87	26,9	0,4	0	2,3	11,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ</b>		<b>150</b>	7,7	4,5	8,1	106,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,5	0	1,3	7,4
КАРТОФЕЛЬ	45	27	0,5	0,1	4,3	20,2
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
БУЛЬОН МЯСНОЙ	120	120	6,1	0,4	0,3	28,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
<b>ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА</b>		<b>50</b>	8,6	11,7	2,8	153,6
ГОВЯДИНА Б/К	52,13	44	8	6,8	0	93,0
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0

ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
<b>КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ</b>		<b>110</b>	2,2	4,4	17,3	117,6
КАРТОФЕЛЬ	179,85	107,91	2,1	0,4	17,1	80,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,74	0,74	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,34	73,34	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧЕСНОК	0,59	0,5	0	0	0,1	0,7
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	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
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>21,6</b>	<b>23,1</b>	<b>58,0</b>	<b>541,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>30</b>	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ	0	0	0	0	0	0,0
<b>МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ</b>		<b>180</b>	5,2	4,5	8,6	97,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	8,6	97,2
			<b>7,5</b>	<b>7,4</b>	<b>30,9</b>	<b>222,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,4</b>	<b>44,8</b>	<b>134,4</b>	<b>1 155,7</b>

**МЕНЮ**

1-3 год

**ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ</b>	<b>50</b>		9,2	8,4	8,2	145,6
ГОВЯДИНА Б/К	48	40,5	7,3	6,3	0	85,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9	9	0,7	0,1	4,4	20,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	11	11	0,3	0,3	0,5	5,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,5	5,5	0,7	0	3,3	15,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
<b>КАША ЯЧНЕВАЯ</b>	<b>110</b>		3,5	4,5	22,6	144,1
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	35,5	35,5	3,5	0,5	22,5	107,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	<b>160</b>		0,2		7,1	28,9
САХАР ПЕСОК	6,9	6,9	0	0	6,7	26,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,6	41,6	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>30</b>		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>15,2</b>	<b>13,1</b>	<b>53,0</b>	<b>389,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЯБЛОКО</b>	<b>100</b>		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,5	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b>	<b>40</b>		0,8	2,1	2,5	31,6
МОРКОВЬ	29,07	21,8	0,3	0	1,5	7,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	24,8	16,1	0,5	0	1	6,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	2	0	18,0
<b>РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ</b>	<b>150</b>		8,0	9,6	10,4	164,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,75	15	0,3	0	0,7	4,1
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	14,55	8	0,1	0	0,1	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
БУЛЬОН КУРИННЫЙ	105	105	6,2	5,3	0,3	74,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
<b>РАГУ ИЗ ПТИЦЫ</b>	<b>160</b>		15,9	15,9	15,8	271,5

БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. КАТЕГОРИИ	104,17	75	13,6	11,7	0	160,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КАРТОФЕЛЬ	129	77,4	1,5	0,3	12,2	57,8
МОРКОВЬ	23,47	17,6	0,2	0	1,2	6,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	12,1	0,2	0	1	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>		<b>180</b>	0,9	0,2	17,6	75,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	17,7	75,1
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>27,6</b>	<b>28,1</b>	<b>59,0</b>	<b>603,8</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ</b>		<b>40</b>	2,7	3,3	24,6	139,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,1	19,1	2	0,2	13	61,9
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,3	5,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,6	38,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1	0,1	0,1	0	1,6
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	2,8	2,3	11,1	77,0
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			<b>5,5</b>	<b>5,6</b>	<b>35,7</b>	<b>216,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,7</b>	<b>47,2</b>	<b>157,5</b>	<b>1 256,6</b>

0,74	3,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,1	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,2	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,3	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,4	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,5	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,6	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,7	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,8	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	4,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,1	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,2	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,3	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,4	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,5	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,6	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,7	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,8	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	5,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,1	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,2	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,3	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,4	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,5	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,6	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,7	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,8	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	6,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,1	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,2	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,3	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,4	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,5	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,6	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,7	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,8	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	7,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,1	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,2	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,3	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,4	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,5	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,6	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,7	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,8	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	8,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,1	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,2	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,3	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,4	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,5	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,6	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,7	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,8	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	9,9	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
0,74	10,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0

**МЕНЮ**

1-3 год

**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ</b>	<b>130</b>		19,7	12,1	17,7	262,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,7	31,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5.0% ЖИРНОСТИ	94,5	94,5	16,5	8,2	2,7	154,9
КРУПА МАННАЯ	6,8	6,8	0,7	0,1	4,7	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,29 шт.	11,8	1,5	1,4	0,1	17,9
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,5	2,5	0,1	0,4	0,1	5,0
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>	<b>150</b>		0,2		7,3	31,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,5	5	0	0	0,2	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,8	46,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>40</b>		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			<b>23,0</b>	<b>12,4</b>	<b>45,1</b>	<b>387,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>СНЕЖОК,</b>	<b>150</b>		7,5	4,8	12,8	130,5
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	154,7	150	7,5	4,8	12,8	130,5
			<b>7,5</b>	<b>4,8</b>	<b>12,8</b>	<b>130,5</b>
<b>Обед</b>						
<b>ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ</b>	<b>40</b>		1,2	3,9	6,0	65,1
СВЕКЛА	42,67	32	0,5	0	2,7	13,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13	13	0,6	0	2,4	12,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,8	6,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ,ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b>	<b>150</b>		6,9	7,3	10,1	137,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	26,4	21	0,4	0	1	5,7
КАРТОФЕЛЬ	38	22,8	0,5	0,1	3,6	17,1
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,1	0	0,7	3,6
ФАСОЛЬ	7,8	7,8	1,6	0,2	3,6	22,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0

ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6
ЧЕСНОК	0,59	0,5	0	0	0,1	0,7
<b>РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ</b>		<b>50</b>	11,7	1,9	0,3	65,2
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	83	64,7	11,6	0,7	0	52,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,1	0	0	0,2	0,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	3,07	2,3	0	0	0,2	0,8
<b>ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>110</b>	2,9	4,4	19,8	130,3
КАРТОФЕЛЬ	184	110	2,3	0,5	19	89,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ</b>		<b>150</b>	0,3	0,1	15,1	63,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,3	0	8,3	36,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>25,0</b>	<b>17,9</b>	<b>64,0</b>	<b>523,6</b>

**Полдник**

<b>ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>50</b>	3,5	6,7	21,0	157,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,1	24,1	2,5	0,3	16,3	78,1
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,3	6,3	0,2	0,2	0,3	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
МОРКОВЬ	31,07	23,3	0,3	0	1,6	8,0
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>		<b>150</b>	0,9	0,2	17,6	75,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,9	0,2	17,7	75,1
			<b>4,4</b>	<b>6,9</b>	<b>38,6</b>	<b>232,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,9</b>	<b>42,0</b>	<b>160,5</b>	<b>1 274,9</b>

**МЕНЮ**

1-3 год

**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ</b>		<b>130</b>	5,3	5,1	24,7	165,5
КРУПА МАННАЯ	25	25	2,5	0,3	17,2	79,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ</b>		<b>50</b>	3,0	0,3	26,5	119,4
ДЖЕМ	10	10	0,1	0	7,1	27,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
МУКА ВЫСШ.СОРТ						
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОММОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	3,3	2,7	12,8	89,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
			<b>11,6</b>	<b>8,1</b>	<b>64,0</b>	<b>374,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>АПЕЛЬСИН</b>		<b>100</b>	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ</b>		<b>40</b>	0,7	4,1	2,7	50,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,75	35	0,6	0	1,6	9,5
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4	4	0	4	0	36,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>СУП С ГОРОХОМ И ГОВЯДИНОЙ</b>		<b>150</b>	8,6	6,3	16,7	158,2
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50	1	0,2	8	37,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15,08	15	3,4	0,2	7	43,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6
<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b>		<b>50/40</b>	13,8	9,0	2,9	168,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	91,1	75,7	13,2	2,7	0	93,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6,1	6,1	0	4,9	0	44,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,2	27,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,4	9,4	0,2	1,4	0,3	18,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2,0
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ</b>		<b>110</b>	3,8	3,1	22,9	134,7

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
МОРКОВЬ	10,27	7,7	0,1	0	0,5	2,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	8,31	5,4	0,2	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,55	5,5	0,1	0	0,5	2,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,5	5,5	0,3	0	1	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,1</b>
ЯБЛОКИ	39,77	35	0,1	0,1	3,3	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>29,0</b>	<b>22,9</b>	<b>68,0</b>	<b>616,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>2,9</b>	<b>22,3</b>	<b>125,1</b>
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
<b>МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ</b>		<b>150</b>	<b>5,2</b>	<b>4,5</b>	<b>8,6</b>	<b>97,2</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	180	150	5,2	4,5	8,6	97,2
			<b>7,5</b>	<b>7,4</b>	<b>30,9</b>	<b>222,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,0</b>	<b>38,6</b>	<b>171,0</b>	<b>1 256,0</b>

МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ</b>		<b>130</b>	4,5	5,1	25,5	166,5
КРУПА РИСОВАЯ	25,25	25	1,7	0,3	17,9	80,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b>		<b>40</b>	4,6	3,1	15,1	107,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,3	3	0	36,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	2,7	2,3	11,1	76,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			<b>11,8</b>	<b>10,5</b>	<b>51,7</b>	<b>350,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>100</b>	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,5	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ</b>		<b>40</b>	0,5	1,4	2,6	25,3
МОРКОВЬ	51,2	38,4	0,5	0	2,5	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ</b>		<b>150</b>	5,6	7,6	9,1	131,1
СВЕКЛА	32	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	20	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,9	5,9	0,3	0	1,1	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6
ЧЕСНОК	0,62	0,53	0	0	0,2	0,8
<b>КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)</b>		<b>60</b>	13,1	8,6	7,3	158,1
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ	89,55	60	11,9	3,8	0	81,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ	10,8	10,8	0,8	0,1	5,2	24,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1

<b>КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ</b>		<b>120</b>	2,6	5,0	14,9	115,8
КАРТОФЕЛЬ	140	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,8	34,8	1	0,9	1,6	18,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84	84	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ</b>		<b>150</b>	0,3	0,1	9,5	41,7
АПЕЛЬСИН	50	35	0,3	0,1	2,7	14,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>24,1</b>	<b>23,0</b>	<b>56,1</b>	<b>533,2</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА РОЗОВАЯ</b>		<b>40</b>	4,0	3,2	25,4	146,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,4	0,4	21,7	103,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	3,07	2,3	0	0	0,2	1,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,6	0,1	0,1	0	0,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
<b>МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ</b>		<b>160</b>	4,8	4,1	7,9	88,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	168,9	168,9	4,8	4,1	7,9	88,5
			<b>8,8</b>	<b>7,3</b>	<b>33,3</b>	<b>234,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,1</b>	<b>41,2</b>	<b>150,9</b>	<b>1 165,8</b>

## МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b>		<b>20</b>	1,1	4,1	7,3	70,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ</b>		<b>130</b>	4,5	4,9	16,2	127,5
ПШЕНО	15,15	15	1,6	0,4	10,3	51,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b>		<b>40</b>	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>160</b>	3,0	2,4	11,5	80,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,6	1,6	0,2	0	0,9	4,0
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
			<b>13,7</b>	<b>16,0</b>	<b>35,3</b>	<b>341,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>КЕФИР</b>		<b>150</b>	4,5	0,2	6,0	46,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	155	150	4,4	3,8	6	79,5
			<b>4,5</b>	<b>0,2</b>	<b>6,0</b>	<b>46,5</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b>		<b>40</b>	0,8	1,6	3,5	31,7
СВЕКЛА	42,67	32	0,5	0	2,7	13,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	15,38	10	0,3	0	0,7	3,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0	0	0,2	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
<b>СУП С КЛЕЦКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ</b>		<b>150</b>	8,7	3,5	12,3	116,1
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,9	8,3	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12,8	12,8	1,4	0,2	8,6	41,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,7	0,5	0,4	0	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,9	16,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
БУЛЬОН МЯСНОЙ	127,5	127,5	6,4	0,4	0,3	30,5
КАРТОФЕЛЬ	20,83	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
<b>РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ</b>		<b>170</b>	14,3	13,7	16,7	247,6
ГОВЯДИНА Б/К	77	65	11,7	10,1	0	137,4
КАРТОФЕЛЬ	111,67	67	1,3	0,3	10,6	50,1
МОРКОВЬ	34,67	26	0,3	0	1,7	8,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,2	17	0,2	0	1,4	6,8

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	20	13	0,4	0	0,8	5,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ЧЕСНОК	0,59	0,5	0	0	0,1	0,7
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>13,8</b>	<b>68,4</b>
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
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>26,3</b>	<b>19,3</b>	<b>59,0</b>	<b>525,0</b>

**Полдник**

<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b>		<b>40</b>	<b>4,3</b>	<b>8,7</b>	<b>12,6</b>	<b>146,4</b>
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,3	3	0	36,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>160</b>	<b>2,7</b>	<b>2,3</b>	<b>10,3</b>	<b>73,4</b>
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
			<b>7,0</b>	<b>11,0</b>	<b>22,9</b>	<b>219,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,5</b>	<b>46,5</b>	<b>123,2</b>	<b>1 132,9</b>

МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ</b>		<b>50</b>	9,4	8,9	8,2	150,8
ГОВЯДИНА Б/К	48,58	41	7,4	6,4	0	86,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ.	9	9	0,7	0,1	4,4	20,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	11	11	0,3	0,3	0,5	5,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,5	5,5	0,7	0	3,3	15,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА</b>		<b>110</b>	3,3	3,0	14,9	99,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	27,1	26,8	3,3	0,9	14,8	80,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,9	85,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>160</b>	0,2		6,5	27,6
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
ЛИМОН	4,9	4,4	0	0	0,1	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,2	43,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>15,2</b>	<b>12,1</b>	<b>44,7</b>	<b>349,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>АПЕЛЬСИН</b>		<b>100</b>	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ</b>		<b>40</b>	0,6	3,0	3,7	44,5
КАРТОФЕЛЬ	16,67	10	0,2	0	1,6	7,5
СВЕКЛА	13,33	10	0,2	0	0,9	4,1
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	14,5	8	0,1	0	0,1	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
<b>СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СМЕТАНОЙ И</b>		<b>150</b>	5,8	7,8	9,5	134,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,5	18	0,3	0	0,8	4,9
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,4	0,1	2,8	13,5
ПШЕНО	6,1	6	0,7	0,2	4,1	20,5
МОРКОВЬ	14,67	11	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,5	127,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ГОВЯДИНА Б/К	26,07	22	4	3,4	0	46,6

<b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b>		<b>60</b>	11,8	7,8	5,7	140,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	24.5	24,5	0,7	0,6	1,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,5	6,5	0,7	0,1	4,4	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	86,96	60	9,2	0,5	0	41,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,4	1,2	1,1	0,1	14,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ</b>		<b>110</b>	3,8	3,1	23,0	135,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	8,31	5,4	0,2	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,5	5,5	0,3	0	1	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ</b>		<b>150</b>	0,3	0,1	15,1	63,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,3	0	8,3	36,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>24,3</b>	<b>22,1</b>	<b>69,7</b>	<b>579,8</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА</b>		<b>40</b>	6,4	4,4	17,8	137,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,8	18,8	1,9	0,2	12,7	60,9
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,1	0,1	0	1,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	7,9	7,9	0,2	0,2	0,4	4,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	20	20	3,6	1,8	0,6	33,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,1	0,1	0	1,4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	4,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
<b>МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ</b>		<b>160</b>	4,8	4,1	7,9	88,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	168,9	168,9	4,8	4,1	7,9	88,5
			<b>11,2</b>	<b>8,5</b>	<b>25,7</b>	<b>225,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,6</b>	<b>42,9</b>	<b>148,2</b>	<b>1 197,9</b>

# МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ</b>		<b>40</b>	1,2	0,1	2,5	15,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	61,5	40	1,2	0,1	2,5	15,5
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>		<b>110</b>	10,8	11,0	2,0	149,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ</b>		<b>180</b>	4,4	3,6	14,1	107,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	150	150	4,3	3,7	7	78,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,9	37,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>18,7</b>	<b>14,9</b>	<b>33,7</b>	<b>344,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>100</b>	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,5	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ</b>		<b>40</b>	1,6	3,4	3,0	49,4
СВЕКЛА	46,67	35	0,5	0	3	14,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,15	5	1,2	1,5	0	17,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
<b>СУП С РЫБНЫМИ</b>		<b>150</b>	5,8	2,1	10,1	82,6
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ САЙРА	25	25	4,5	0	0	17,8
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,1	0	0,7	3,6
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	3,03	3	0,3	0	1,9	9,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
<b>ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		<b>60</b>	8,5	9,6	5,5	142,2
ГОВЯДИНА Б/К	48,58	41	7,4	6,4	0	86,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,6	0	3,9	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)</b>		<b>120</b>	2,6	3,6	14,2	100,5
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	33,33	25	0,3	0	1,6	8,5

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	17,4	11,4	0,4	0	0,7	4,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35	28	0,5	0	1,3	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,9	28,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,6	1,4	0	0	0,1	0,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,1	0,9	0,1	0	0,3	1,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,3</b>		<b>14,6</b>	<b>61,9</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14,2	14,2	0,3	0	7,9	34,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>20,8</b>	<b>19,0</b>	<b>60,1</b>	<b>497,8</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>50</b>	<b>3,4</b>	<b>6,7</b>	<b>20,7</b>	<b>156,9</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	23,7	23,7	2,5	0,3	16,1	76,8
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,1	6,1	0,2	0,2	0,3	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
МОРКОВЬ	32,53	24,4	0,3	0	1,6	8,2
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>75,1</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	17,7	75,1
			<b>4,3</b>	<b>6,9</b>	<b>38,3</b>	<b>232,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,2</b>	<b>41,2</b>	<b>141,9</b>	<b>1 121,1</b>

МЕНЮ

1-3 год

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ</b>		<b>130</b>	20,1	13,9	24,7	307,8
ТВОРОГ 5.0% ЖИРНОСТИ	103,7	103,7	18,1	9	3	170,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,4	0,2	8,8	42,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,4	0,6	0,5	0	6,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4,3	4,3	0	4,2	0	37,5
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	12,8	51,5
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	3,3	2,7	12,8	89,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5%	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>40</b>	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			<b>26,5</b>	<b>16,9</b>	<b>57,6</b>	<b>491,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЙОГУРТ</b>		<b>150</b>	4,2	3,8	6,8	84,8
ЙОГУРТ 2.5% ЖИРНОСТИ	154,96	150	4,2	3,8	6,8	84,8
			<b>4,2</b>	<b>3,8</b>	<b>6,8</b>	<b>84,8</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ</b>		<b>40</b>	0,7	4,2	4,3	58,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,6	3,9	0,1	0	0,3	1,6
КАРТОФЕЛЬ	31,5	18,9	0,4	0,1	3	14,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,9
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	20,3	11,2	0,1	0	0,2	1,5
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	3	0	27,0
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ</b>		<b>150</b>	5,5	7,6	8,7	129,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	40	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ЧЕСНОК	1,18	1	0,1	0	0,3	1,5
ГОВЯДИНА Б/К	23,7	20	3,6	3,1	0	42,3
ЧЕСНОК	0,59	0,5	0	0	0,1	0,7
<b>ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ</b>		<b>160</b>	17,0	19,1	23,1	333,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ.		103,33	74,4	13,5	11,6	0
КРУПА РИСОВАЯ		30,3	30	2	0,3	21,5
БУЛЬОН КУРИННЫЙ		20	20	1,2	1	0,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ		8,6	7,2	0,1	0	0,6

МОРКОВЬ	19,2	14,4	0,2	0	1	
МАСЛО ПОЛСОЛНЕЧНОЕ	6,4	6,4	0	6,2	0	55,8
СОЛЬ ЙОЛИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	0,1	0,1	10,1	43,1
ЯБЛОКИ	39,77	35	0,1	0,1	3,3	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>25,3</b>	<b>31,3</b>	<b>58,9</b>	<b>625,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b>		<b>30</b>	1,9	4,2	12,2	93,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
МУКА ВЫСШ.СОРТ						
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b>		<b>40</b>	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>160</b>	2,7	2,3	10,3	73,4
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
			<b>9,7</b>	<b>11,1</b>	<b>22,8</b>	<b>230,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,7</b>	<b>63,1</b>	<b>146,1</b>	<b>1 432,2</b>