

МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО 60	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (С ДРУЖБА*) 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 205	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 60	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША ОБСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОЛОКОМ 130	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200	БАНАН СВЕЖИЙ 120	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	ГРУША СВЕЖАЯ 150	СОК АБРИКОСОВЫЙ 200	ГРУША СВЕЖАЯ 150	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	БАНАН СВЕЖИЙ 120	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ИЗДЕЛЯЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛЯЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/10	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/5/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	РАССОЛНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/2/0	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 190	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ 70	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70/70	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 80	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) 70	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ 60	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 70	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ С СОУСОМ ПО-Польски 80	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 50/30
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 140	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ С МОРКОВЬЮ 150	ПОРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 130	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) 130	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/15	ЧАЙ С САХАРОМ 180/6	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 180
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
Полдник									
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 200	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 220	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 130/15	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ 70	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 180	МОЛОКО КИЛЯЧЕНОЕ 200	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ 180	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 130	ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯБЛОКОМ 70	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 60	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 60	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	НАПИТОК КИЛЯЧЕНОЕ 100	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 70	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/20	МОЛОКО КИЛЯЧЕНОЕ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ПЕЧЕНЬЕ 20	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 60	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	ПЕЧЕНЬЕ 50	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	ПЕЧЕНЬЕ 30	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. 100	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,53	4,71	10,00	89,80
Масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
Батон нарезной тип1	20	20	1,50	0,58	9,96	52,40
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205		7,20	8,29	34,98	224,42
Крупа пшеничная	39,9	39,9	4,45	0,50	24,42	122,30
Вода питьевая	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	110	110	2,99	2,67	5,01	57,62
соль пищевая тип11	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	4	4	0,00	0,00	3,87	14,71
Масло сливочное	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		0,24	0,00	12,50	60,61
Кофейный напиток растворимый тип 1	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	60	60	1,63	1,46	2,74	31,43
Вода питьевая	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,97	13,00	57,48	374,83
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200		0,00	0,00	22,40	90,00
Сок из фруктов и(или) овощей тип6 (персик)	200	200	0,00	0,00	22,40	89,60
			0,00	0,00	22,40	90,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,05	1,25	7,00
Огурец св.	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10		5,00	7,70	11,00	80,07
Говядина замороженная	19,51	16	3,10	1,52	0,00	26,07
Картофель продовольственный (с 01,09)	36	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51
Морковь столовая	7,6	5,7	0,07	0,01	0,38	1,94
Лук репчатый	6,79	5,7	0,08	0,01	0,46	2,27
Масло подсолнечное рафинированное	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
Вода питьевая	108,6	108,6	0,00	0,00	0,00	0,00
соль пищевая тип11	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
мука пшеничная тип 1	3,1	3,1	0,31	0,03	2,08	10,04
Масло сливочное	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
Яйца куриные в скорлупе свежие	1,38 шт.	63,48	7,82	7,08	0,43	96,67
Вода питьевая	4,7	4,7	0,00	0,00	0,00	0,00
соль пищевая тип11	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
Петрушка свежая	0,95	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190		20,28	23,34	30,06	413,26
Мясо сельскохозяйственной птицы, замороженное в том числе для д/пит	103,6	97,4	17,20	17,38	0,00	227,69
Масло подсолнечное рафинированное	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	3,96	8,05	11,67	106,40
Сыр полутвердый тип 3	16,666	15	3,68	4,28	0,00	53,10
Батон нарезной тип1	20	20	1,50	0,58	9,96	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	4,82	6,77	29,03	199,12
рис тип1	29,7	29,7	2,02	0,29	20,57	95,07
Вода питьевая	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	102	102	2,77	2,47	4,65	53,43
соль пищевая тип11	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	14,34
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	2,80	13,61	50,37
Чай черный (ферментированный)	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	50	50	1,36	1,21	2,28	26,19
Вода питьевая	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,98	17,62	54,31	355,89
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		120	1,80	0,60	25,20	115,20
Бананы	171,4	120	1,80	0,60	25,20	115,20
			1,80	0,60	25,20	115,20
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,50	0,13	1,90	12,00
Томаты (помидоры)	50,52	50	0,55	0,10	1,90	11,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	4,91	5,42	16,95	137,21
Картофель продовольственный (с 01,09)	87,88	70,3	1,37	0,27	11,12	52,51
Изделия макаронные тип1	7	7	0,71	0,08	4,73	22,88
Морковь столовая	9,33	7	0,09	0,01	0,47	2,38
Лук репчатый	8,33	7	0,10	0,01	0,55	2,78
Масло подсолнечное рафинированное	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
Вода питьевая	122,9	122,9	0,00	0,00	0,00	0,00
соль пищевая тип11	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
Мясо сельскохозяйственной птицы,замороженое в том числе для д/пит	15	14,7	2,60	2,62	0,00	34,37
Петрушка свежая	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		70	8,30	0,46	0,30	97,85
Филе тресковых рыб мороженое	72,02	64,1	9,95	0,37	0,00	42,90
Молоко питьевое	21	21	0,57	0,51	0,96	11,00
Лук репчатый	16,67	14	0,19	0,03	1,12	5,57
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
соль пищевая тип11	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00

Утверждаю

Заведующий

Смольникова С.Г.



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,91	4,86	12,49	102,90
Масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
Батон нарезной тип1	25	25	1,88	0,73	12,45	65,50
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	60		1,73	3,02	3,63	48,48
Горох, консервированный блуксуса или укс.кислоты тип2	87,4	56,81	1,71	0,11	3,58	22,04
Масло подсолнечное рафинированное	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
Петрушка свежая	0,63	0,6	0,02	0,00	0,05	0,28
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		13,35	18,21	2,51	184,83
Яйца куриные в скорлупе свежие	2,86 шт.	131,56	16,21	14,68	0,89	200,35
Молоко питьевое	32,5	32,5	0,88	0,79	1,48	17,02
соль пищевая тип11	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло подсолнечное рафинированное	5,2	5,2	0,00	5,03	0,00	45,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,40	0,00	12,50	60,61
Кофейный напиток растворимый тип 1	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	60	60	1,63	1,46	2,74	31,43
Вода питьевая	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,39	26,09	31,13	396,82
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,70	70,50
Яблоки	170,45	150	0,60	0,60	14,70	70,50
			0,60	0,60	14,70	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,05	1,25	7,00
Огурец св.	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1		1,40	4,06	6,16	69,29
Картофель продовольственный (с 01,09)	24,38	19,5	0,38	0,08	3,08	14,57
Капуста белокачанная	40,63	32,5	0,57	0,03	1,48	8,52
Морковь столовая	10,93	8,2	0,11	0,01	0,55	2,78
Лук репчатый	7,74	6,5	0,09	0,01	0,51	2,59
Пюре томатное тип1	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
Масло подсолнечное рафинированное	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
Вода питьевая	130,4	130,4	0,00	0,00	0,00	0,00
соль пищевая тип11	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
Сметана	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
Петрушка свежая	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70		22,74	14,58	4,87	242,17
Говядина замороженная	137,8	113	21,92	10,74	0,00	184,14
Морковь столовая	31,07	23,3	0,29	0,02	1,56	7,92



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

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	1,91	4,86	12,49	102,90
Масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
Батон нарезной тип1	25	25	1,88	0,73	12,45	65,50
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,66	6,68	27,79	196,45
Крупа манная	29,7	29,7	2,97	0,29	19,51	94,50
Вода питьевая	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	98	98	2,66	2,38	4,47	51,33
соль пищевая тип11	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	14,34
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	2,73	2,35	10,11	72,81
Какао-порошок тип1	2,4	2,4	0,56	0,41	0,65	8,85
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	80	80	2,17	1,94	3,65	41,90
Вода питьевая	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,30	13,89	50,39	372,16
II Завтрак						
ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.		100	2,80	2,50	4,51	100,00
Йогурт	100	100	2,80	2,50	4,51	100,00
			2,80	2,50	4,51	100,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		60	0,98	8,90	7,30	113,30
Картофель продовольственный (с 01,09)	55,5	44,4	0,86	0,17	7,02	33,16
Лук свежий зеленый	11,4	9	0,12	0,01	0,28	1,66
Масло подсолнечное рафинированное	9	9	0,00	8,72	0,00	78,48
соль пищевая тип11	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,47	5,46	8,18	102,06
Свекла столовая	31,25	25	0,37	0,03	2,13	10,19
Капуста белокачанная	15,63	12,5	0,22	0,01	0,57	3,28
Картофель продовольственный (с 01,09)	15,63	12,5	0,24	0,05	1,98	9,34
Морковь столовая	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
Лук репчатый	7,38	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
Пюре томатное тип1	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
Масло подсолнечное рафинированное	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,52
Вода питьевая	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
Говядина замороженная	25,6	16	3,10	1,52	0,00	26,07
Сметана	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
соль пищевая тип11	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,81	6,20	6,00	156,00

Утверждаю

Заведующий

Смоляникова С.Г.

**МЕНЮ**

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	4,20	3,63	12,85	101,50
Сыр полутвердый тип 3	11,11	10	2,45	2,85	0,00	35,40
Батон нарезной тип1	25	25	1,88	0,73	12,45	65,50
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")		200	6,20	8,90	26,80	211,00
рис тип1	10	10	0,68	0,10	6,93	32,01
Пшено	10	10	1,12	0,32	6,45	33,76
Вода питьевая	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	150	150	4,07	3,64	6,84	78,57
Масло сливочное	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
соль пищевая тип11	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	1,69	1,46	8,68	54,21
Чай черный (ферментированный)	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	60	60	1,63	1,46	2,74	31,43
Вода питьевая	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,09	13,99	48,33	366,71
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,45	15,45	70,50
Груши	166,67	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,45	15,45	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,69	2,96	4,05	45,51
Свекла столовая	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
Масло подсолнечное рафинированное	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
соль пищевая тип11	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,60	5,42	10,49	111,72
Картофель продовольственный (с 01,09)	75	60	1,16	0,23	9,49	44,81
Лук репчатый	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
огурцы тип 2 (соленые)	12	12	0,10	0,01	0,19	1,51
Масло подсолнечное рафинированное	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
Вода питьевая	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
соль пищевая тип11	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
Говядина замороженная	19,51	16	3,10	1,52	0,00	26,07
Сметана	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	21,35	14,28	26,00	317,96
Говядина замороженная	106,87	90,2	17,50	8,57	0,00	146,99
Масло сливочное	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
Масло подсолнечное рафинированное	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44

Утверждаю

Заведующий

Смоляникова С.Г.



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25		1,07	2,46	13,22	79,63
джем тип 1	9	9	0,05	0,01	6,48	25,56
Масло сливочное	2,5	2,5	0,01	2,06	0,02	18,70
Батон нарезной тип1	13,5	13,5	1,01	0,39	6,72	35,37
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205		7,02	7,63	33,31	232,92
Пшено	38,8	38,8	4,33	1,24	25,03	130,97
Вода питьевая	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	98	98	2,66	2,38	4,47	51,33
соль пищевая тип11	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	14,34
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,14	1,70	10,25	64,69
Кофейный напиток растворимый тип 1	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	70	70	1,90	1,70	3,19	36,67
Вода питьевая	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,23	11,79	56,78	377,24
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200		0,00	0,00	22,40	88,00
Сок из фруктов и (или) овощей типб (абрикос)	200	200	0,00	0,00	22,40	88,00
			0,00	0,00	22,40	88,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,05	1,25	7,00
Огурец св.	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10		4,94	4,01	20,28	138,30
Картофель продовольственный (с 01,09)	41,25	33	0,64	0,13	5,22	24,65
горох шлифованный тип 1	13,1	13,1	2,92	0,20	6,10	37,99
Лук репчатый	7,98	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
Морковь столовая	10,93	8,2	0,11	0,01	0,55	2,78
Масло подсолнечное рафинированное	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
Вода питьевая	115,3	115,3	0,00	0,00	0,00	0,00
Батон нарезной тип1	16,3	16,3	1,18	0,46	7,88	41,43
соль пищевая тип11	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70		13,25	7,56	10,19	162,47
Говядина замороженная	70	59	11,45	5,61	0,00	96,15
Батон нарезной тип1	12,4	12,4	0,90	0,35	5,99	31,52
Вода питьевая	16,7	16,7	0,00	0,00	0,00	0,00
Сухари панировочные тип1	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
Масло сливочное	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
соль пищевая тип11	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00

Утверждаю

Заведующий
Омольникова С.Г.**МЕНЮ****Сад 12 Почтамтская****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		1,91	4,86	12,49	102,90
Масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
Батон нарезной тип1	25	25	1,88	0,73	12,45	65,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	60		1,80	0,12	3,78	23,28
Горох, консервированный б/уксуса или укс.кислоты тип2	92,31	60	1,80	0,12	3,78	23,28
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		14,76	17,21	1,94	222,00
Яйца куриные в скорлупе свежие	2,86 шт.	131,56	16,21	14,68	0,89	200,35
Молоко питьевое	32,5	32,5	0,88	0,79	1,48	17,02
соль пищевая тип11	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло подсолнечное рафинированное	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	34,00
Чай черный (ферментированный)	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
Вода питьевая	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
			18,47	22,19	26,61	382,18
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,45	15,45	70,50
Груши	166,67	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,45	15,45	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,43	2,55	4,09	41,75
Морковь столовая	36	27	0,34	0,03	1,80	9,17
Яблоки	25	22	0,09	0,09	2,10	10,03
Масло подсолнечное рафинированное	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
соль пищевая тип11	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,74
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20		5,72	3,87	11,86	105,47
Картофель продовольственный (с 01,09)	82,63	66,1	1,28	0,25	10,45	49,37
Морковь столовая	8,8	6,6	0,09	0,01	0,45	2,24
Лук репчатый	7,86	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
Пюре томатное тип1	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
Масло подсолнечное рафинированное	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
Вода питьевая	115,7	115,7	0,00	0,00	0,00	0,00
соль пищевая тип11	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
Говядина замороженная	25,5	21,3	4,13	2,03	0,00	34,71
Лук репчатый	2,14	1,8	0,03	0,00	0,15	0,72
Вода питьевая	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Яйца куриные в скорлупе свежие	0,004 шт.	0,18	0,02	0,02	0,00	0,27
соль пищевая тип11	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60		11,23	2,36	9,34	204,31



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,33	3,58	12,45	100,90
Сыр полутвердый тип 3	11,11	10	2,45	2,85	0,00	35,40
Батон нарезной тип1	25	25	1,88	0,73	12,45	65,50
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		5,66	6,68	27,79	196,45
Крупа манная	29,7	29,7	2,97	0,29	19,51	94,50
Вода питьевая	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	98	98	2,66	2,38	4,47	51,33
соль пищевая тип11	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	14,34
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,73	2,35	10,11	72,81
Какао-порошок тип1	2,4	2,4	0,56	0,41	0,65	8,85
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	80	80	2,17	1,94	3,65	41,90
Вода питьевая	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,72	12,61	50,35	370,16
II Завтрак						
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100		2,80	2,50	4,51	100,00
Йогурт	100	100	2,80	2,50	4,51	100,00
			2,80	2,50	4,51	100,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,05	1,25	7,00
Огурец св.	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5		6,00	4,40	16,00	121,80
Картофель продовольственный (с 01,09)	87,75	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
Морковь столовая	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
Лук репчатый	7,38	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
Масло подсолнечное рафинированное	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
Вода питьевая	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
Мясо сельскохозяйственной птицы,замороженное в том числе для д/пит	14,3	14	2,47	2,50	0,00	32,73
Сметана	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
соль пищевая тип11	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
Петрушка свежая	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70		15,69	6,87	6,30	148,00
Субпродукты пищевые крупного рог/скота зам. (печень)	95,61	78,4	13,61	2,81	0,00	79,85
Лук репчатый	8,33	7	0,10	0,01	0,55	2,78
Морковь столовая	12,53	9,4	0,12	0,01	0,63	3,19
Картофель продовольственный (с 01,09)	8,75	7	0,14	0,03	1,11	5,23
Масло сливочное	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,55	8,83	10,04	127,20
Масло сливочное	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
Батон нарезной тип1	20	20	1,50	0,58	9,96	52,40
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		6,70	9,70	24,40	191,04
Хлопья овсяные	29,7	29,7	3,17	1,76	14,43	87,87
Вода питьевая	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	135	135	3,67	3,28	6,16	70,71
соль пищевая тип11	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	14,34
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,14	1,70	10,25	64,69
Кофейный напиток растворимый тип 1	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	70	70	1,90	1,70	3,19	36,67
Вода питьевая	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,39	20,23	44,69	382,93
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	120		1,80	0,60	25,20	115,20
Бананы	171,5	120	1,80	0,60	25,20	115,20
			1,80	0,60	25,20	115,20
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,40	0,05	0,85	6,50
огурцы тип 2 (соленые)	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,60	8,30	10,30	152,79
Свекла столовая	31,25	25	0,37	0,03	2,13	10,19
Капуста белокачанная	15,63	12,5	0,22	0,01	0,57	3,28
Картофель продовольственный (с 01,09)	15,63	12,5	0,24	0,05	1,98	9,34
Морковь столовая	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
Лук репчатый	7,38	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
Пюре томатное тип1	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
Масло подсолнечное рафинированное	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,52
Вода питьевая	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
Говядина замороженная	25,6	16	3,10	1,52	0,00	26,07
Сметана	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
соль пищевая тип11	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80		15,77	0,58	0,46	119,51
Филе тресковых рыб мороженое	72	64,08	9,94	0,37	0,00	42,89



МЕНЮ

Сад 12 Почтамтская

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35		1,59	4,72	17,20	118,20
джем тип 1	10	10	0,06	0,01	7,20	28,40
Масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
Батон нарезной тип1	20	20	1,50	0,58	9,96	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		4,82	6,77	29,03	199,12
рис тип1	29,7	29,7	2,02	0,29	20,57	95,07
Вода питьевая	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	102	102	2,77	2,47	4,65	53,43
соль пищевая тип11	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	14,34
Масло сливочное	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		1,69	1,46	8,68	54,21
Чай черный (ферментированный)	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
Сахар белый свекл. в твердом сост. без вкусоаром. или красящих добавок	6	6	0,00	0,00	5,81	22,06
Молоко питьевое	60	60	1,63	1,46	2,74	31,43
Вода питьевая	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,10	12,95	54,91	371,53
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,00	0,00	23,60	89,00
Сок из фруктов и (или) овощей типб (яблоко)	200	200	0,00	0,00	23,60	89,00
			0,00	0,00	23,60	89,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,96	4,05	45,51
Свекла столовая	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
Масло подсолнечное рафинированное	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
соль пищевая тип11	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		2,16	3,44	13,44	84,43
Картофель продовольственный (с 01,09)	75	60	1,16	0,23	9,49	44,81
Крупа перловая	4	4	0,36	0,04	2,60	12,42
Морковь столовая	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
Лук репчатый	4,76	4	0,06	0,01	0,32	1,59
огурцы тип 2 (соленые)	12	12	0,10	0,01	0,19	1,51
Масло сливочное	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
Вода питьевая	152	152	0,00	0,00	0,00	0,00
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	50/30		15,50	11,50	3,60	218,00
Мясо сельскохозяйственной птицы, замороженное в том числе для д/пит	79,79	75	13,24	13,39	0,00	175,33
Масло подсолнечное рафинированное	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
соль пищевая тип11	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко питьевое	15	15	0,41	0,37	0,69	7,86
Масло сливочное	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51