

МЕНЮ
Сад



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША РЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША "ДРУЖБА" 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 200
БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С СЫРОМ 32/7	БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ 32/5/7	БАТОН С МАСЛОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 32/5/5	БАТОН С МАСЛОМ 32/5
КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
II Завтрак					
ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПой НА МКБ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ 200/12	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МК БУЛЬОНЕ 200/10	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/12/6	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/10/6	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/12/6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 135	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 155	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ 155	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 155	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 135	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 135
МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ 60/20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 60/20	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КИСЕЛЬ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
Полдник					
РАТУ ОВОЩНОЕ 160	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 145/8	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 95	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 145/8	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 160	ЯБЛОКО 100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ЧАЙ С МОЛОКОМ 160	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ 32
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	КЕФИР 120	РЖЕНКА 120	КЕФИР 120	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	СОК В УПАКОВКЕ 200
	ПЕЧЕНЬЕ 25				

МЕНЮ

Сад

7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ 200
БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С СЫРОМ 32/7	БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ 32/5/5	БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ 32/5/7	БАТОН С МАСЛОМ 32/5
ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5
II Завтрак					
ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К БУЛЬОНЕ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ 200/12	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/10/6	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/12/6	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ НА М/КБ 200/10	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУТОЙ С КУРИЦЕЙ 200/12
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 135	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ 155	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 135	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 135	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 155	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 155
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК 70	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70	МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ 60/20	КИСЕЛЬ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25		
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 95	РАГУ ОВОЩНОЕ 160	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАПУСТОЙ 95	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ПОВИДЛОМ 145/8	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 160	ПЕЧЕНЬЕ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 50
ПЕЧЕНЬЕ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	СОК В УПАКОВКЕ 200
РЯЖЕНКА 120	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КЕФИР 120	РЯЖЕНКА 120	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	ЯБЛОКО 100
ЧАЙ С МОЛОКОМ 160		ЧАЙ С МОЛОКОМ 160	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150/4/3		

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,14	5,83	33,18	214,22
ПШЕНО	39,1	39	4,36	1,03	26,64	133,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,4	98,4	2,76	2,39	4,58	51,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,43	5,06	16,49	121,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,88	2,40	14,02	90,05
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,35	0,22	0,15	4,21
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
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
			12,45	13,29	63,69	425,51
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,60	0,05	5,15	24,04
МОРКОВЬ	60	48	0,60	0,05	3,21	16,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ НА МК/Б	200/10		5,35	2,42	17,13	111,84
КАРТОФЕЛЬ	67,2	50,4	0,98	0,19	7,97	37,65
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	14,45	14,4	1,76	0,47	7,97	43,02
МОРКОВЬ	10,2	8,16	0,11	0,01	0,54	2,77
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,71	8,16	0,11	0,02	0,65	3,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,59	0,18	0,00	4,00
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,80	1,55	0,00	21,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135		5,76	3,11	36,93	198,85
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,76	0,68	36,93	177,04
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81

МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/20		6,46	6,80	5,99	110,90
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	32	32	5,53	2,82	0,00	47,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,36	0,03	2,34	11,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,81	3,2	0,04	0,01	0,25	1,27
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17,7	17,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
			20,82	12,73	89,90	558,17
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	160		3,09	9,48	17,86	195,51
КАРТОФЕЛЬ	85,33	64	1,24	0,25	10,12	47,80
МОРКОВЬ	25,38	20,3	0,25	0,02	1,36	6,90
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,15	0,02	0,85	4,26
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,4	33,1	0,58	0,03	1,51	8,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,2	12,2	0,31	1,78	0,42	24,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,55	0,07	3,59	17,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,10	0,00	5,09	21,39
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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 ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОН	4,2	4	0,04	0,00	0,12	1,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,10	9,64	35,50	276,11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,77	36,06	198,89	1 306,79

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,48	4,98	25,27	168,29
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30,2	30,1	2,92	0,38	19,10	91,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,54	2,19	4,21	47,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С СЫРОМ	32/7		4,06	3,06	16,45	110,09
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,66	2,13	0,00	26,25
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,10	0,00	5,09	21,39
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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 ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОН	4,2	4	0,04	0,00	0,12	1,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,64	8,04	46,81	299,77
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,48	4,05	41,16
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/12		4,14	4,38	15,12	115,26
ВЕРМИШЕЛЬ	9,7	9,7	0,98	0,11	7,05	31,71
КАРТОФЕЛЬ	59,47	44,6	0,86	0,17	7,05	33,31
МОРКОВЬ	8,63	6,9	0,09	0,01	0,47	2,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,9	0,10	0,01	0,55	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,1	81,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,11	2,14	0,00	27,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,2	175,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155		10,86	9,50	12,78	181,23
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	121,5	97,2	1,70	0,10	4,43	26,40
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	48	48	8,28	4,24	0,00	71,29
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,68	0,10	7,18	32,30

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,7	14,8	0,20	0,03	1,17	5,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0,00	5,03	0,00	45,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			20,74	17,07	78,17	558,46
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	145/8		23,90	17,12	28,70	370,97
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,5	123,5	21,56	10,79	3,60	202,46
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,80	0,08	5,48	25,53
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	6	0,74	0,67	0,04	9,14
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0,00	0,00	11,14	44,51
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОВИДЛО	8	8	0,03	0,00	5,28	21,25
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160		2,31	1,94	8,69	61,97
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,6	24,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,3	53,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР	120		3,60	0,12	4,80	37,20
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	4,80	63,60
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,88	2,45	18,60	104,25
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	2,45	18,60	104,25
			31,69	21,63	60,79	574,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,07	46,94	205,97	1 518,62



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		5,54	5,74	26,01	178,38
КРУПА РИСОВАЯ	13,6	13,5	0,92	0,14	9,69	43,61
ПШЕНО	13,6	13,5	1,50	0,36	9,22	46,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,4	144,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,2	110,2	3,10	2,68	5,13	57,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,51	5,09	17,00	123,86
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,48	0,96	16,96	86,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,68	2,18	14,66	89,56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,15	0,00	0,79	3,72
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
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
			10,73	13,01	57,67	391,80
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,78	2,04	3,63	36,45
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55,6	44,5	0,78	0,04	2,03	12,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,60	6,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200/10		7,02	4,50	15,13	129,22
КАРТОФЕЛЬ	53,87	40,4	0,79	0,16	6,39	30,18
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,62	0,25	7,56	46,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,11	0,01	0,54	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,59	0,18	0,00	4,00
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,80	1,55	0,00	21,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	241,7	241,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	155		15,40	7,68	26,44	279,20

КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	58,6	58,5	12,07	2,82	0,76	119,16
КАРТОФЕЛЬ	197,2	147,9	2,87	0,57	23,39	110,46
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,8	10,7	0,15	0,02	0,85	4,26
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,4	2,4	0,31	0,00	1,44	6,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0,00	4,27	0,00	38,37
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,14	0,14	8,07	34,99
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,14	0,14	3,42	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0,00	0,00	4,65	18,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			27,90	14,87	82,78	620,65
Полдник						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	95		6,44	4,55	58,57	300,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,6	48,6	5,09	0,61	32,95	157,45
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,63	0,57	0,04	7,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,06	0,01	0,01	0,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,1	13,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
ПОВИДЛО	34,5	34,5	0,14	0,00	22,09	88,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	2,2	0,27	0,24	0,02	3,35
ВАФЛИ	30		0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
РЯЖЕНКА	120		3,60	1,20	5,04	48,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	5,04	64,80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/4/3		0,09	0,00	4,09	17,22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,8	27,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
ЛИМОН	3,2	3,1	0,03	0,00	0,09	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126,2	126,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,97	6,74	90,89	472,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,00	35,02	241,14	1 531,58



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200		4,39	3,02	14,02	100,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВЕРМИШЕЛЬ	10	10	1,01	0,11	7,27	32,69
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7		4,09	7,19	16,49	147,49
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,66	2,13	0,00	26,25
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			8,52	10,21	35,43	267,53
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,60	0,05	5,15	24,04
МОРКОВЬ	60	48	0,60	0,05	3,21	16,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/12/6		3,76	7,14	8,29	115,54
СВЕКЛА	40,75	32,6	0,48	0,03	2,78	13,28
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20,4	16,3	0,28	0,02	0,75	4,42
КАРТОФЕЛЬ	21,73	16,3	0,32	0,07	2,58	12,17
МОРКОВЬ	10,75	8,6	0,11	0,01	0,57	2,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,2	0,11	0,02	0,65	3,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,1	4,1	0,19	0,00	0,76	4,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0,00	3,98	0,00	35,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,9	203,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,11	2,14	0,00	27,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	163,2	163,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	155		11,87	10,02	31,96	296,43
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	43,6	42,1	8,68	2,03	0,54	85,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,8	7,8	0,00	7,56	0,00	68,02

КРУПА РИСОВАЯ	41,2	41,1	2,79	0,40	29,50	132,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,7	0,12	0,02	0,69	3,46
МОРКОВЬ	12,38	9,9	0,13	0,01	0,66	3,37
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,15	0,00	0,57	3,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			20,83	17,72	79,83	596,64
Полдник						
ЗАПЕКАНКА МАННАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	145/8		4,67	5,03	32,71	195,17
КРУПА МАННАЯ	30,8	30,8	3,07	0,30	21,09	98,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,3	111,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3	0,00	0,00	5,13	20,52
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	4,3	0,53	0,48	0,03	6,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
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 СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,58	0,68	4,44	26,24
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,88	2,45	18,60	104,25
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	2,45	18,60	104,25
КЕФИР	120		3,60	0,12	4,80	37,20
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	4,80	63,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160		2,31	1,94	8,69	61,97
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,8	24,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,3	53,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,46	9,54	64,80	398,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,81	37,67	200,26	1 348,76



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,35	6,53	24,02	180,76
КРУПА ОВСЯНАЯ	30,6	30,5	3,64	1,80	17,61	101,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,3	173,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,6	95,6	2,69	2,32	4,45	50,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С МАСЛОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	32/5/5		2,79	5,49	19,27	137,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,36	0,43	2,78	16,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,88	2,40	14,02	90,05
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,35	0,22	0,15	4,21
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
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
			12,02	14,42	57,31	408,45
II Завтрак						
МОЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50		0,60	2,60	4,75	45,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,5	25	0,44	0,03	1,14	6,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЯБЛОКИ	11,37	10	0,04	0,04	0,95	4,56
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/6		4,44	5,24	14,15	124,70
КАРТОФЕЛЬ	81,2	60,9	1,18	0,23	9,63	45,48
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,9	4,9	0,45	0,05	3,18	14,98
МОРКОВЬ	8,38	6,7	0,09	0,01	0,45	2,28
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,7	9,7	0,08	0,01	0,16	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0,00	0,00	0,00	0,00

КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,59	0,18	0,00	4,00
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,80	1,55	0,00	21,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,3	244,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135		2,70	3,23	19,05	116,34
КАРТОФЕЛЬ	154,53	115,9	2,25	0,45	18,32	86,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,3	15,3	0,43	0,37	0,71	8,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/20		7,66	4,21	4,73	87,55
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	60,4	40,5	6,25	0,35	0,00	28,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,58	0,08	3,71	17,81
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,63	0,57	0,04	7,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,10	0,01	0,61	2,92
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ	180		0,00	0,00	21,51	86,06
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0,00	0,00	16,67	66,71
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
			18,05	15,63	81,15	541,23
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160		7,98	5,19	43,77	254,18
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,83	0,81	43,77	209,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,05	5	1,15	1,47	0,00	18,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА Ш.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			9,93	5,35	61,24	333,23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,40	35,80	209,50	1 329,91



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		4,48	4,92	18,43	135,80
КРУПА МАННАЯ	17,5	17,5	1,75	0,17	11,99	55,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,3	153,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96,3	96,3	2,71	2,34	4,48	50,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,51	5,09	17,00	123,86
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,48	0,96	16,96	86,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,59	2,18	9,16	67,21
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,58	12,19	44,59	326,87
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,46	2,04	3,71	35,76
МОРКОВЬ	38,38	30,7	0,39	0,03	2,06	10,43
ЯБЛОКИ	19,3	17,3	0,07	0,07	1,65	7,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/12/6		3,27	6,32	5,00	93,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,6	28,5	0,49	0,03	1,30	7,74
КАРТОФЕЛЬ	21,73	16,3	0,32	0,07	2,58	12,17
МОРКОВЬ	5,63	4,5	0,06	0,00	0,30	1,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,5	0,06	0,01	0,36	1,79
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,07	0,00	0,26	1,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,11	2,14	0,00	27,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	135		6,07	3,36	27,49	164,16

КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	49,7	49,6	6,06	1,59	27,47	148,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70		11,06	3,42	9,88	147,56
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	47,8	45,5	9,39	2,19	0,59	92,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,5	10,5	0,78	0,07	5,11	24,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0,00	1,16	0,00	10,47
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17,7	17,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			25,42	15,65	83,33	612,32
Полдник						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ	32		2,37	3,01	23,39	130,24
ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ	1 шт.	32	2,37	3,01	23,39	130,24
СОК В УПАКОВКЕ	200		1,00	0,20	19,80	86,00
СОК В УПАКОВКЕ 0,2	1 шт.	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			3,77	3,61	52,99	263,24
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,77	31,65	201,11	1 288,43



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		5,54	5,74	26,01	178,38
КРУПА РИСОВАЯ	13,6	13,5	0,92	0,14	9,69	43,61
ПШЕНО	13,6	13,5	1,50	0,36	9,22	46,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,4	144,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,2	110,2	3,10	2,68	5,13	57,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,43	5,06	16,49	121,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			8,01	10,80	47,42	319,46
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,78	2,04	3,63	36,45
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55,6	44,5	0,78	0,04	2,03	12,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,60	6,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200/10		7,02	4,50	15,13	129,22
КАРТОФЕЛЬ	53,87	40,4	0,79	0,16	6,39	30,18
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,62	0,25	7,56	46,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,11	0,01	0,54	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,59	0,18	0,00	4,00
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,80	1,55	0,00	21,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	241,7	241,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135		5,76	3,11	36,93	198,85
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,76	0,68	36,93	177,04

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК		70	11,80	6,10	2,65	153,02
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	56,4	55,4	11,43	2,67	0,72	112,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,11	0,00	0,43	2,28
МОРКОВЬ	5,88	4,7	0,06	0,00	0,31	1,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,6	4,7	0,07	0,01	0,38	1,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,14	0,14	8,07	34,99
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,14	0,14	3,42	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0,00	0,00	4,65	18,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			30,06	16,40	95,92	693,32
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ		95	6,60	5,82	40,72	241,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	43	43	4,50	0,54	29,16	139,31
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,6	0,56	0,51	0,03	7,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,06	0,01	0,01	0,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	60,93	45,7	0,88	0,17	7,23	34,13
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	12,8	0,17	0,03	1,02	5,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,7	0,21	0,19	0,01	2,59
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,88	2,45	18,60	104,25
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	2,45	18,60	104,25
РЯЖЕНКА		120	3,60	1,20	5,04	48,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	5,04	64,80
ЧАЙ С МОЛОКОМ		160	2,31	1,94	8,69	61,97
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,3	53,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,39	11,41	73,05	455,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,86	39,01	226,19	1 515,75



Утверждаю
Директор
Валеев Ильдус Ирекович

МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,48	4,98	25,27	168,29
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30,2	30,1	2,92	0,38	19,10	91,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,54	2,19	4,21	47,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С СЫРОМ	32/7		4,06	3,06	16,45	110,09
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,66	2,13	0,00	26,25
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,10	0,00	5,09	21,39
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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 ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОН	4,2	4	0,04	0,00	0,12	1,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,64	8,04	46,81	299,77
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,60	0,05	5,15	24,04
МОРКОВЬ	60	48	0,60	0,05	3,21	16,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/12		4,14	4,38	15,12	115,26
ВЕРМИШЕЛЬ	9,7	9,7	0,98	0,11	7,05	31,71
КАРТОФЕЛЬ	59,47	44,6	0,86	0,17	7,05	33,31
МОРКОВЬ	8,63	6,9	0,09	0,01	0,47	2,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,9	0,10	0,01	0,55	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,1	81,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,11	2,14	0,00	27,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,2	175,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	155		3,70	4,73	38,73	311,75
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	53,2	53,2	6,50	1,71	29,47	158,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	107,9	107,9	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0,00	3,78	0,00	34,01
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	42	42	7,26	3,71	0,00	62,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,7	0,14	0,02	0,78	3,86
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
			11,13	9,51	80,88	552,47
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	160		3,09	9,48	17,86	195,51
КАРТОФЕЛЬ	85,33	64	1,24	0,25	10,12	47,80
МОРКОВЬ	25,38	20,3	0,25	0,02	1,36	6,90
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,15	0,02	0,85	4,26
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,4	33,1	0,58	0,03	1,51	8,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,32	1,82	0,43	24,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,55	0,07	3,59	17,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			5,04	9,64	35,33	274,56
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,81	27,39	183,22	1 212,80



Утверждаю
Директор
Балеев Ильдус Ирекович

МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,14	5,83	33,18	214,22
ПШЕНО	39,1	39	4,36	1,03	26,64	133,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,4	98,4	2,76	2,39	4,58	51,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	32/5/5		2,53	5,09	20,30	137,14
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,48	0,96	16,96	86,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ПОВИДЛО	5	5	0,02	0,00	3,30	13,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,68	2,18	14,66	89,56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,15	0,00	0,79	3,72
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
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
			12,35	13,10	68,14	440,92
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,80	2,55	3,13	39,84
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40,5	40,5	0,73	0,04	1,22	9,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5	0,07	0,01	0,41	2,05
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,50	5,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,50	0,00	22,48
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/6		4,44	5,24	14,15	124,70
КАРТОФЕЛЬ	81,2	60,9	1,18	0,23	9,63	45,48
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,9	4,9	0,45	0,05	3,18	14,98
МОРКОВЬ	8,38	6,7	0,09	0,01	0,45	2,28
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,7	9,7	0,08	0,01	0,16	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,59	0,18	0,00	4,00
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,80	1,55	0,00	21,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,3	244,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		135	2,70	3,23	19,05	116,34
КАРТОФЕЛЬ	154,53	115,9	2,25	0,45	18,32	86,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,3	15,3	0,43	0,37	0,71	8,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		70	11,06	3,42	9,88	147,56
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	47,8	45,5	9,39	2,19	0,59	92,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,5	10,5	0,78	0,07	5,11	24,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0,00	1,16	0,00	10,47
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			23,56	14,95	83,46	600,19
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ		95	5,70	6,27	33,22	212,48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,9	38,9	4,07	0,49	26,37	126,03
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0,00	0,00	2,61	10,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,06	0,01	0,01	0,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	64,5	51,6	0,90	0,05	2,36	14,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0,00	1,26	0,00	11,34
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,11	0,02	0,62	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	3	0,37	0,34	0,02	4,57
ВАФЛИ		30	0,01	0,01	0,23	1,06
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0,3	0,3	0,01	0,01	0,23	1,06
КЕФИР		120	3,60	0,12	4,80	37,20
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	4,80	63,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ		160	2,31	1,94	8,69	61,97
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,3	53,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,62	8,34	46,94	312,71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,93	36,79	208,34	1 400,82



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		5,92	5,13	26,01	174,42
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	30,2	30,1	3,36	0,38	19,83	96,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,6	86,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,54	2,19	4,21	47,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,43	5,06	16,49	121,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,88	2,40	14,02	90,05
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,35	0,22	0,15	4,21
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
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
			11,23	12,59	56,52	385,71
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,60	0,05	5,15	24,04
МОРКОВЬ	60	48	0,60	0,05	3,21	16,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/12/6		3,76	7,14	8,29	115,54
СВЕКЛА	40,75	32,6	0,48	0,03	2,78	13,28
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20,4	16,3	0,28	0,02	0,75	4,42
КАРТОФЕЛЬ	21,73	16,3	0,32	0,07	2,58	12,17
МОРКОВЬ	10,75	8,6	0,11	0,01	0,57	2,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,2	0,11	0,02	0,65	3,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,1	4,1	0,19	0,00	0,76	4,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0,00	3,98	0,00	35,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,9	203,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,11	2,14	0,00	27,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	163,2	163,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	135		14,14	4,18	29,57	212,61
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	63,5	63,3	14,12	0,98	29,54	183,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/20		6,46	6,80	5,99	110,90
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	32	32	5,53	2,82	0,00	47,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,36	0,03	2,34	11,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,81	3,2	0,04	0,01	0,25	1,27
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			30,01	18,88	95,22	683,90
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ПОВИДЛМ	145/8		8,31	11,77	39,87	301,35
КРУПА РИСОВАЯ	30,2	30	2,04	0,29	21,53	96,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,9	76,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	27,7	27,7	4,84	2,42	0,81	45,41
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	6,4	0,79	0,72	0,04	9,75
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
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
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ПОВИДЛО	8	8	0,03	0,00	5,28	21,25
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,88	2,45	18,60	104,25
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	2,45	18,60	104,25
РЯЖЕНКА	120		3,60	1,20	5,04	48,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	5,04	64,80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/4/3		0,09	0,00	4,09	17,22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28	28	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
ЛИМОН	3,2	3,1	0,03	0,00	0,09	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126,2	126,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,88	15,42	67,60	470,82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,12	47,09	239,54	1 626,43



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		4,48	4,92	18,43	135,80
КРУПА МАННАЯ	17,5	17,5	1,75	0,17	11,99	55,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,3	153,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96,3	96,3	2,71	2,34	4,48	50,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7		4,09	7,19	16,49	147,49
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,40	0,93	16,45	83,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,66	2,13	0,00	26,25
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,59	2,18	9,16	67,21
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,16	14,29	44,08	350,50
II Завтрак						
ЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,48	4,05	41,16
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ НА МК/Б	200/10		5,35	2,42	17,13	111,84
КАРТОФЕЛЬ	67,2	50,4	0,98	0,19	7,97	37,65
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	14,45	14,4	1,76	0,47	7,97	43,02
МОРКОВЬ	10,2	8,16	0,11	0,01	0,54	2,77
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,71	8,16	0,11	0,02	0,65	3,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,59	0,18	0,00	4,00
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,80	1,55	0,00	21,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	155		12,30	4,58	16,49	192,61
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	49,4	49,2	10,15	2,38	0,63	100,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0,00	1,84	0,00	16,57

КАРТОФЕЛЬ	111,07	83,3	1,62	0,32	13,17	62,22
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,16	0,01	0,84	4,28
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,7	0,14	0,02	0,78	3,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,14	0,00	0,53	2,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,59
КИСЕЛЬ		180	0,00	0,00	21,51	86,06
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0,00	0,00	16,67	66,71
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
			20,99	9,83	76,14	513,25
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		160	7,98	5,19	43,77	254,18
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,83	0,81	43,77	209,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,05	5	1,15	1,47	0,00	18,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		180/5/4	0,10	0,00	5,09	21,39
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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 ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОН	4,2	4	0,04	0,00	0,12	1,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,93	5,35	61,03	333,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,48	29,87	191,05	1 243,75



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,35	6,53	24,02	180,76
КРУПА ОВСЯНАЯ	30,6	30,5	3,64	1,80	17,61	101,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,3	173,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,6	95,6	2,69	2,32	4,45	50,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,51	5,09	17,00	123,86
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,48	0,96	16,96	86,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,04	0,00	4,92	19,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			8,90	11,62	45,94	324,46
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,46	2,04	3,71	35,76
МОРКОВЬ	38,38	30,7	0,39	0,03	2,06	10,43
ЯБЛОКИ	19,3	17,3	0,07	0,07	1,65	7,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ С КУРИЦЕЙ	200/12		3,54	6,16	8,02	101,97
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27,4	21,9	0,38	0,02	1,00	5,95
КАРТОФЕЛЬ	25,6	19,2	0,37	0,08	3,04	14,34
ПШЕНО	4,1	4,1	0,46	0,11	2,80	14,00
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,11	0,01	0,54	2,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0,00	3,78	0,00	34,01
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,11	2,14	0,00	27,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,6	162,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	155		11,87	10,02	31,96	296,43
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	43,6	42,1	8,68	2,03	0,54	85,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,8	7,8	0,00	7,56	0,00	68,02
КРУПА РИСОВАЯ	41,2	41,1	2,79	0,40	29,50	132,75

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,7	0,12	0,02	0,69	3,46
МОРКОВЬ	12,38	9,9	0,13	0,01	0,66	3,37
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,15	0,00	0,57	3,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
			20,43	18,73	80,94	605,91
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	50		3,70	4,70	36,55	203,50
ПЕЧЕНЬЕ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1 шт.	50	3,70	4,70	36,55	203,50
СОК В УПАКОВКЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК В УПАКОВКЕ 0,2	1 шт.	200	1,00	0,20	20,20	86,00
ЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			5,10	5,30	66,55	336,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,43	35,85	213,63	1 352,87