

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ « Детский сад
№6 « Солнышко» г.Нурлат
Республики Татарстан»
Н.Н.Мугинова
Приказ № 138
От « 31 августа 2021 год

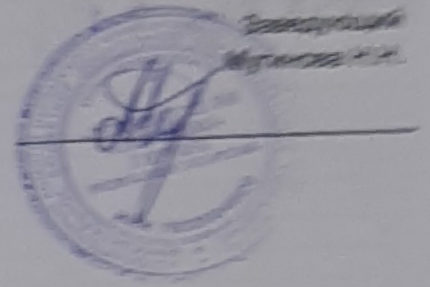
**МЕНЮ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ
СЕЗОННОЕ
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕЕ
С 1.03.2022 по 31.08.2022**

г.Нурлат
2021



МЕНЮ Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 180	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 180	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ 180
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10			СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ 200/100
II Завтрак									
Обед									
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 60	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНАЯ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 60	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ 60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА М.К.Б. 180	РАССОЛЬНИК НА МКБ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ 180	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ 180	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МКБ 180	БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ 200	БУЛЬОН КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА М.К.Б. 180	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ 180	СУП ПШЕНИЧНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 180	СУП ШАХТЕРСКИЙ НА МКБ 180
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С КУРИЦЕЙ 180	ПЛОВ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ 180	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 180	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С КУРИЦЕЙ 180	СУФЛЕ КУРИНОЕ 160	МАНТЫ 100
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35
Полдник									
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	РЯЖЕНКА 160	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КЕФИР С САХАРОМ 180	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	РЯЖЕНКА 160	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50	КЕФИР С САХАРОМ 160	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ВАФЛИПЕЧЕНЬЕ/ПРЯ НИК 20		ВАФЛИПЕЧЕНЬЕ/ПРЯ НИК 20	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 75		ВАФЛИПЕЧЕНЬЕ/ПРЯ НИК 20		ЧАЙ С САХАРОМ 180		ВАФЛИПЕЧЕНЬЕ/ПРЯ НИК 20
Ужин									
РЫБА С ОВОЩАМИ 65	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	ТЕФЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ 60	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 110	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ 180	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20
КАША ЯЧНЕВАЯ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	4,3	5,5	24,1	182,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	35	34,65	4,3	1,1	19,2	108,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0	4,4	0	38,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,4	34,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			8,2	9,9	57,6	352,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,8	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		60	1,1	2,2	7,5	55,7
МОРКОВЬ	100	77,5	1	0,1	5,1	26,3
ЯБЛОКИ	22,5	19,8	0,1	0,1	1,8	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА М.К.Б.		180	10,7	12,3	12,6	211,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
МОРКОВЬ	24	18,6	0,2	0	1,3	6,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20,2	0,3	0	1,6	8,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,6	0,6	0	0	0,1	0,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,2	0	0	0,0

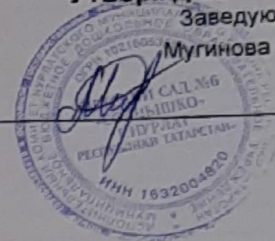
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ПОРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	3,3	4,4	19,6	131,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМБИКОРМ РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8,9	10,5	0,8	133,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,1	0,1	0	0,8	4,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,3	0,7	0,6	0	8,1
КОМБИКОРМ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			9,3	37,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. ВИТАМИНАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			26,3	29,7	64,6	640,8

Полдник

КОМБИКОРМ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		180			25,4	101,5
КОМБИКОРМ (КОНЦЕНТРАТ) НА ФРУКТОВЫХ ВОССТАНОВИТЕЛЯХ	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
КОМБИКОРМ АФЛИ/ПЕЧЕНЬЕ/ПРЯНИК		20	3,3	3,6	45,4	227,4
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКОЙ	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	15	73,2
			3,3	3,6	70,8	328,9

Ужин

КОМБИКОРМ РЫБА С ОВОЩАМИ		65	11,3	4,6	1,0	91,2
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	144	72	11,1	0,6	0	50,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОРКОВЬ	5	3,88	0,1	0	0,3	1,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КАША ЯЧНЕВАЯ		150	1,9	4,2	12,5	94,9
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,3	82,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			16,0	9,0	40,7	307,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,8	52,9	267,9	1 786,2

**МЕНЮ**

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	10,7	21,4	6,8	263,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,36 шт.	54,9	6,8	6,1	0,4	83,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	136,4	136,4	3,9	3,3	6,3	71,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,8	6,8	0	6,6	0	59,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,4	34,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,1	2,7		33,1
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2,1	2,7	0	33,1
			16,7	28,5	40,3	486,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		60	3,8	6,5	25,0	175,7
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОРКОВЬ	150	116,3	1,5	0,1	7,8	39,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,6	10,2	0,1	0	0,2	1,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10,2	6,6	0,2	0	0,4	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
РАССОЛЬНИК НА МКБ СО СМЕТАНОЙ		180	10,2	11,3	14,1	199,3
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	2,97	0,3	0	1,9	9,1
МОРКОВЬ	9,3	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,1	0	0,3	1,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,8	10,8	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95,2

МЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,9	6,0	21,6	156,6
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		60	8,5	8,6	2,1	120,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95,2
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ПУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
ОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛТАМИНОМ "С"		180			14,0	55,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. И КРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			28,7	32,7	91,6	778,9

Полдник

ОТВАРКА		160	4,8	1,6	6,7	64,0
ОТВАРКА 2,5% ЖИРНОСТИ	164,8	160	4,6	4	6,7	86,4
			4,8	1,6	6,7	64,0

Ужин

ОТВАРКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		150	21,0	18,0	25,3	350,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,5	63,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	106,2	106,2	18,5	9,3	3,1	174,1
КРУПА МАННАЯ	6,9	6,9	0,7	0,1	4,8	22,0
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0	0	8,9	35,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,6	0,6	0,5	0	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	11,5	11,5	0,8	1	6,2	36,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			21,1	18,0	37,0	397,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,3	81,5	209,8	1 883,6



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
АША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180		5,4	8,0	24,1	190,6
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,6	0,1	6,5	29,1
ПШЕНО	9	9	1	0,2	6,1	30,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
АЙ С МОЛОКОМ	180		1,7	1,5	12,4	70,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8			6,6	0,1	59,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
			10,9	16,4	61,7	438,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ	200/100		2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60		1,7	3,0	3,6	48,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	87,7	57	1,7	0,1	3,6	22,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	180		6,8	6,1	22,6	173,0
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	7,2	7,2	0,8	0,1	4,9	23,6
МОРКОВЬ	9,3	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150		7,5	9,9	12,1	168,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	206,25	165	2,9	0,2	7,6	44,8

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,2	0	0,9	4,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			9,3	37,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			18,3	19,3	62,4	498,6

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,3	4,6	8,8	99,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	190	189	5,3	4,6	8,8	99,0
ЗАФЛИ/ПЕЧЕНЬЕ/ПРЯНИК		20	3,3	3,6	45,4	227,4
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	15	73,2
			8,6	8,2	54,2	326,4

Ужин

САША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	7,0	8,9	29,4	224,3
КРУПА МАННАЯ	27,6	27,6	2,7	0,3	18,9	88,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		10,0	40,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			9,8	9,1	57,0	347,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,6	53,7	269,5	1 767,5



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		180	8,6	11,1	29,7	254,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30	30	3,6	1,8	17,9	102,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,1	63,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	1,7	1,5	14,5	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			14,1	17,0	69,3	488,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНАЯ		60	1,2	3,6	6,6	63,0
СВЕКЛА	100	77,5	1,2	0,1	6,6	31,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ		180	6,0	8,4	8,5	132,6
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,4	0,1	2,8	13,5
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	7,27	7,2	0,7	0,1	4,6	21,8
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	36,46	26,25	4,7	4,7	0	60,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С КУРИЦЕЙ		180	14,2	13,4	41,8	344,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	61,2	61,2	6,5	0,8	41,8	200,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	43,2	7,7	7,7	0	99,7

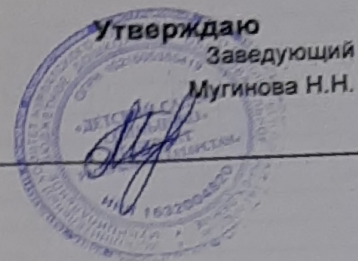
ЭМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛТАМИНОМ "С"	180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0,0
ПЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	35		2,3	0,3	14,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8
			23,7	25,7	81,4
					649,7

Полдник

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		3,6	2,9	18,0	113,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
АТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75		15,3	10,3	52,1	363,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,1	37,1	3,9	0,5	25,1	120,2
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,1	0,5	0,5	0	6,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,9	9,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,7	0,2	0	1,2	5,5
ПОВИДЛО	30,3	30,3	0,1	0	19,4	78,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	50	50	8,7	4,4	1,5	82,0
			18,9	13,2	70,1	476,3

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	60		12,0	2,7	2,7	83,5
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	150	75	11,5	0,7	0	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150		2,3	5,2	19,2	132,6
КАРТОФЕЛЬ	173,1	121,2	2,3	0,5	19,2	90,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			16,7	8,1	46,6	325,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,4	64,7	301,6	2 096,7



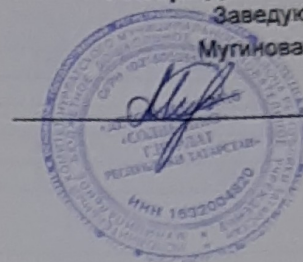
МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	7,4	8,8	33,4	242,0
ПШЕНО	36	35,6	4	1	24,3	121,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,8	62,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	8,3	0,1	74,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,2	2,9	0	35,3
			13,6	20,3	70,3	517,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	4,6	4,1	25,3	159,1
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
СВЕКЛА	100	77,5	1,2	0,1	6,6	31,6
МОРКОВЬ	100	77,5	1	0,1	5,1	26,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	100	100	0,8	0,1	1,6	12,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	5	3,25	0,1	0	0,2	1,3
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МКБ		180	13,1	6,4	23,3	203,4
КАРТОФЕЛЬ	108,5	81,4	1,6	0,3	12,9	60,8
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,6	129,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	50	37,5	6,8	5,8	0	79,3

ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,5	0,3	9,3	58,0
ПЛОД		180	20,3	20,9	31,3	394,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	126,4	94,8	17,1	14,7	0	200,5
КРУПА РИСОВАЯ	40,8	40,8	2,8	0,4	29,3	131,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,8	3,8	0,2	0	0,7	3,8
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			14,0	55,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			40,3	31,7	108,7	884,3
Полдник						
КЕФИР С САХАРОМ		180	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
			6,0	0,2	8,0	62,0
Ужин						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	6,6	5,8	19,6	157,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,6	75,6	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	14,4	14,4	1,6	0,2	9,9	47,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			9,4	6,0	48,9	287,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,3	58,9	270,1	1 907,4

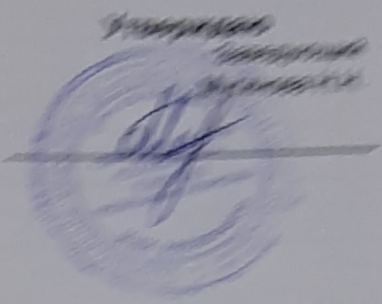


МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		180	5,6	6,1	27,4	186,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	72	72	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	6	5,5	1,3	1,6	0	19,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			9,5	10,5	62,1	381,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,8	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		60	0,7	2,1	5,2	43,4
МОРКОВЬ	60	46,5	0,6	0	3,1	15,8
ЯБЛОКИ	18	15,8	0,1	0,1	1,5	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,4
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		200	12,5	12,8	24,0	265,5
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,4	0,1	3,7	21,7
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95,2
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3



МЕРКО

Срп 12 48058

ДЕМБ 7

Назив предмета	Бројеве		Квантитетна вредност			Укупна вредност предмета, динар
	Бројеве, г	Килограм, г	Секунде, г	Килограм, г	Процентна, г	
I Застава						
Копир папира за штампање		100	0,1	0,0	4,7	20,0
Копир папира	45	45	4	0,0	0,0	10,0
Копир папира за штампање	72	72	0	0,1	0,1	10,0
Копир папира за штампање	100	100	4,1	0,0	0,0	10,0
Копир папира		100	1,7	1,0	12,4	70,0
Копир папира	77,4	77,4	0	0	0	0,0
Копир папира	0,0	0,0	0,1	0	0,0	1,0
Копир папира	0,0	0,0	0	0	0,0	0,0
Копир папира	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	0,0
Копир папира за штампање		0,0	0,0	0,0	25,1	100,0
Копир папира за штампање		0,0	0,0	0,0	20,1	100,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0,0
Копир папира	0,0	0,0	0	4,1	0	0,0
Копир папира	0,0	0,0	0	4,1	0	0,0
Копир папира за штампање			10,0	10,0	70,2	300,0
II Застава						
Копир папира за штампање		200(100)	2,0	0,7	0,0	100,0
Копир папира	200	200	1	0,0	0,0	0,0
Копир папира	100	0,0	0,4	0,4	0,0	0,0
Копир папира	100	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0
Копир папира			2,0	0,7	0,0	100,0
Објект						
Копир папира за штампање		0,0	1,7	0,0	0,0	0,0
Копир папира за штампање	0,7	0,7	1,7	0,1	0,0	0,0
Копир папира за штампање	0	0	0	0,0	0	0,0
Копир папира за штампање		100	14,0	0,0	0,0	20,0
Копир папира за штампање		0,0	1,0	0,1	0,0	0,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0,7	0,0	0	0,0
Копир папира за штампање	7,0	0,0	0	0	0	0,0
Копир папира за штампање	100	100	0	0	1,4	0,0
Копир папира за штампање	0,0	10,0	0,0	0	1,1	0,0
Копир папира за штампање	0,0	10,0	0	0	0	0,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0	0,0	20,1	100,0
Копир папира за штампање	200	140	2,7	0,0	40,1	300,0
Копир папира за штампање		100	10,0	10,0	0,0	0,0
Копир папира за штампање	100	0,0	1,0	0,1	0,0	0,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0,7	7,0	0,0	0,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0,0	0	1,0	0,0
Копир папира за штампање	0,0	0,0	0	0,7	0	0,0
Копир папира за штампање	0	0	0	0,7	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
			33,4	29,4	111,0	844,8

Полдник

РЯЖЕНКА		160	4,8	1,6	6,7	64,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	164,8	160	4,6	4	6,7	86,4
			4,8	1,6	6,7	64,0

Ужин

ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		110	8,9	8,9	23,1	208,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	41	41	7,2	3,6	1,2	67,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,75	5,75	0,6	0,1	3,9	18,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,13	0,13	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,4	31,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	1,8	1,5	13,1	73,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			13,4	10,6	53,8	364,5
			67,2	58,0	284,9	1 936,8

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:

Утверждаю
Заведующий
Мугинова Н.Н.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	8,3	8,7	31,4	237,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ СОРТ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,7	10	2,3	3	0	36,4
			14,5	16,1	66,1	468,8
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	1,2	3,0	6,6	57,8
СВЕКЛА	100	77,5	1,2	0,1	6,6	31,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ		180	6,8	6,1	22,6	173,0
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7,2	7,2	0,8	0,1	4,9	23,6
МОРКОВЬ	9,3	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С КУРИЦЕЙ		180	6,3	9,8	12,8	163,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	19,8	1,7	0,2	12,8	60,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	139,2	139,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	36	25,9	4,6	4,7	0	59,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		180			9,7	38,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	18	18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	176,4	176,4	0	0	9,7	38,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			16,6	19,2	66,5	504,8

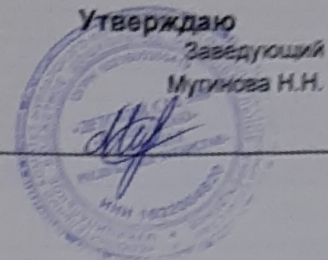
Полдник

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		50	12,4	5,9	58,7	337,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	64,1	64,1	6,7	0,8	43,5	207,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3,4	3,4	0	0	3,3	13,2
САХАР ПЕСОК	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0,2	0	0	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	25,8	25,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,16	1,16	0,1	0	0,8	3,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	16,8	16,8	0,1	0	10,8	43,3
ПОВИДЛО	0,17	0,17	0	0,2	0	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		180	0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
Чай черный байховый	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			12,5	5,9	68,3	375,9

Ужин

КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		180	5,5	6,6	24,4	179,1
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	144	144	4,1	3,5	6,7	75,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,2	3,4	17,3	117,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КАКАО-ПОРОШОК	3,1	3,1	0,8	0,5	0,3	8,7
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
Высш сорт			12,4	10,2	59,3	379,3
			58,0	52,1	294,4	1 885,0

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

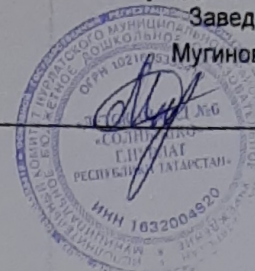
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	7,0	7,6	29,4	213,4
КРУПА МАННАЯ	27,6	27,6	2,7	0,3	18,9	88,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			10,9	12,0	64,1	407,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	88,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		60	1,5	2,1	8,4	59,9
МОРКОВЬ	150	116,3	1,5	0,1	7,8	39,5
МАСЛО ПОДОСЛОННОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,4
СУП ПШЕНИЧНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ		180	7,1	5,9	24,3	178,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	8	7,92	0,9	0,1	5,2	25,3
СУФЛЕ КУРИНОЕ		160	28,2	45,7	18,2	597,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	109,1	109,1	3,1	2,6	5	57,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	18,9	18,9	0,1	15,1	0,2	137,2

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,9	18,9	1,9	0,2	12,8	61,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	153,5	110,5	19,5	19,7	0	255,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,73 шт.	29,2	3,6	3,3	0,2	44,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			39,1	54,0	75,4	946,5
Полдник						
КЕФИР С САХАРОМ		160	5,3	0,2	7,1	55,1
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	165,5	160	4,6	4	6,4	84,8
САХАР ПЕСОК	8,9	8,9	0	0	8,9	35,5
			5,3	0,2	7,1	55,1
Ужин						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		180	9,1	11,1	34,6	274,6
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	34,8	34,8	4,2	2,1	20,9	118,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,9	63,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	174,2	174,2	4,9	4,3	8,1	91,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0	0	5,6	22,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			11,9	11,3	61,8	396,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,2	78,2	242,6	1 961,9

Утверждаю

Заведующий

Мугинова Н.Н.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ		180	7,0	8,3	26,5	209,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	3,6	2,9	15,9	104,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			14,4	15,6	67,5	469,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ / ФРУКТ		200/100	2,0	0,7	34,2	156,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКИ	100	88	0,4	0,4	8,6	41,4
АПЕЛЬСИН	100	67	0,6	0,1	5,4	28,8
			2,0	0,7	34,2	156,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ		60	0,5	3,0	1,0	33,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	60	0,5	0,1	1	7,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП ШАХТЕРСКИЙ НА МКБ		180	13,0	8,8	36,1	276,7
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,4	0,7	11	59,2
МОРКОВЬ	100	77,5	1	0,1	5,1	26,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	100	84	1,2	0,2	6,7	33,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	50	37,5	6,8	5,8	0	79,3
МАНТЫ		100	18,0	18,9	49,3	437,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	44,2	44,2	4,7	0,6	30	143,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,8	0,5	0,4	0	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,4	16,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ТОВАРИНА 1 КАТЕГОРИИ	75	56,3	10,2	8,7	0	119,0
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,7	0,4	13,9	65,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,3	6,3	0,7	0,1	4,3	20,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8	0	3,7	0	33,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3	0	5	0,1	45,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			33,8	31,0	110,9	858,3
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ВАФЛИ/ПЕЧЕНЬЕ/ПРЯНИК	20		3,3	3,6	45,4	227,4
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	15	73,2
			3,4	3,6	55,0	266,1
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20		21,9	15,8	28,5	352,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,4	0	2,5	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		9,6	38,7
САХАР ПЕСОК	9,6	9,6	0	0	9,3	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			22,0	15,8	38,1	391,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,6	66,7	305,7	2 141,9