

МЕНЮ

Сад

1 День	2 День	3 День	4 День	5 День	6 День	7 День	8 День	9 День	10 День
Завтрак									
КАША РЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 185	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫПЧАТАЯ 185	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 185	КАША "ДРУЖБА" 185	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ 185	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 185	КАША ПШЕНИЧНАЯ 185	КАША РЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 185	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 185	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 185
БАТОН С МАСЛОМ 36/5	БАТОН С СЫРОМ 36/7	БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ 36/5/7	БАТОН С МАСЛОМ 36/5	БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ 36/5/7	БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ 36/5/7	БАТОН С СЫРОМ 36/7	БАТОН С МАСЛОМ И СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ 35/5/7	БАТОН С МАСЛОМ 35/5	БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ 35/5/7
КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	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
II Завтрак									
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100
Обед									
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ ЛУКА 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ ЛУКА 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 185/15	СУП С ПШЕНОЙ КРУПКОЙ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 185/15	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 185/15/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 185/15	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 185/15	СУП С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 185/15	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 180/15	СУП С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 185/15	СУП С ПШЕНОЙ КРУПКОЙ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 185/15	СУП С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 180/15
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 155	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 135	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 135	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 135	КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 155	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 155	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 135	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 135	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 155	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	РЫБНАЯ "ЧЕБЕНКА" 70	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 60/20	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70	КИСЕЛЬ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	РЫБНАЯ "ЧЕБЕНКА" 70	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70	КИСЕЛЬ 180	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 60/20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		
Полдник									
БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 95	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 145/10	РАГУ ОВОЩНОЕ 160	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ПОВИДЛОМ 145/10	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 160	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ 95	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ 145/10	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 95	РАГУ ОВОЩНОЕ 160	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 160
КИСЕЛЬ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	РЯЖЕНКА 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	РЯЖЕНКА 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ПЕЧЕНЬЕ 25	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5		ПЕЧЕНЬЕ 25		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ПЕЧЕНЬЕ 25
				ПЕЧЕНЬЕ 25				ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	





МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	185		5,5	5,0	25,2	168,0
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30,1	30	2,9	0,4	19	91,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78,1	78,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,2	4,2	47,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С МАСЛОМ	36/5		2,7	5,2	18,5	131,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,4	2,9	15,0	100,5
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			11,6	13,1	58,7	400,2
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,6	26,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	185/15		5,1	3,4	14,9	119,9
ВЕРМИШЕЛЬ	12,2	12,2	1,3	0,1	8,8	39,9
КАРТОФЕЛЬ	27,47	20,6	0,4	0,1	3,3	15,4
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,7	7,3	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	16,5	15	3,1	0,7	0,2	30,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,2	0	1,5	6,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	243,1	243,1	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155		11,4	9,3	13,6	184,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	128,9	103,1	1,8	0,1	4,7	28,0
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	50,1	50,1	8,6	4,5	0	74,4

КРУПА РИСОВАЯ	10,8	10,7	0,7	0,1	7,7	34,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,7	14,8	0,2	0	1,2	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17,7	17,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			22,1	13,4	73,9	514,3
Полдник						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		95	6,6	5,9	62,1	327,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,2	48,2	5	0,6	32,7	156,2
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,1	5,1	0	4,1	0	37,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,9	12,9	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
ПОВИДЛО	38,5	38,5	0,2	0	24,6	99,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	2,2	0,3	0,3	0	3,4
КИСЕЛЬ		180			20,8	83,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	20,6	20,6	0	0	15,9	63,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173	173	0	0	0	0,0
			6,6	5,9	82,9	410,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,3	32,6	235,7	1 410,7



Сад

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	185		8,9	4,8	40,2	239,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	72,7	72,5	8,8	2,3	40,2	216,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	215,8	215,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,5
БАТОН С СЫРОМ	36/7		4,4	3,2	18,5	120,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,1	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,5	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			13,4	8,0	63,8	381,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,6	3,6	41,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58	40,5	0,7	0	1,2	9,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5	0,1	0	0,4	2,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	2	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
СУП С ПШЕНОЙ КРУПОЙ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	185/15		5,0	4,7	12,2	121,9
ПШЕНО	9,8	9,7	1,1	0,3	6,6	33,1
КАРТОФЕЛЬ	24,4	18,3	0,4	0,1	2,9	13,7
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,7	7,3	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	243,1	243,1	0	0	0	0,0
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	16,5	15	3,1	0,7	0,2	30,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	3	3	0,2	0	1,5	6,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135		2,8	3,4	19,3	119,0
КАРТОФЕЛЬ	154,53	115,9	2,2	0,5	18,3	86,5

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,3	20,3	0,6	0,5	1	10,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"		70	9,1	2,3	13,5	111,3
РЫБА МИНТАЙ ФАРШ	43,8	43,8	6,8	0,4	0	30,6
КРУПА РИСОВАЯ	8,8	8,8	0,6	0,1	6,3	28,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,73	0,6	0,5	0	7,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,2	20,2	0,3	0	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,2	8,2	0,9	0,1	5,5	26,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
ЧАЙ С САХАРОМ		180/5			4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			22,7	13,6	85,6	566,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		145/10	25,7	18,6	31,2	401,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	132,4	132,4	23,1	11,5	3,9	217,1
КРУПА МАННАЯ	8,7	8,7	0,9	0,1	5,9	27,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,5	5,5	0,1	0,8	0,2	11,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0	5,4	0	48,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,8	5,8	0,8	0	3,5	16,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			28,3	20,8	40,4	468,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,8	42,8	199,6	1 463,5



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	185		5,8	5,0	24,6	166,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	28,9	28,8	3,2	0,4	19	92,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,4	89,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,2	4,2	47,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	36/5/7		4,4	7,3	18,5	158,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,1	7	1,7	2,1	0	26,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,2	14,9	90,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			12,9	14,5	58,0	415,3
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	50		0,7	3,0	3,8	45,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	56,55	47,5	0,7	0,1	3,8	18,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	185/15/6		4,1	7,2	6,6	110,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	241,8	241,8	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45,3	36,3	0,7	0	1,6	9,9
КАРТОФЕЛЬ	28,93	21,7	0,4	0,1	3,4	16,2
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,3	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19	15	2,6	2,7	0	34,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135		5,8	2,7	37,0	195,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,7	0,7	37	177,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/20		7,6	6,6	6,1	114,3
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	38,25	38,25	6,6	3,4	0	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8,25	8,25	0,6	0,1	4	18,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	4,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,29	1,29	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,25	2,25	0	2,1	0	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,1	0,1	8,1	35,0
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			23,3	20,2	93,7	652,9
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	160		3,1	9,4	17,9	174,9
КАРТОФЕЛЬ	85,33	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	25,38	20,3	0,3	0	1,4	6,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,1	0	0,9	4,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,4	33,1	0,6	0	1,6	9,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,2	12,2	0,3	1,7	0,4	24,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,5	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			5,5	9,6	38,1	267,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,7	44,5	210,0	1 421,6

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	185		5,8	5,8	26,2	181,0
КРУПА РИСОВАЯ	13,4	13,3	0,9	0,1	9,5	43,0
ПШЕНО	13,4	13,3	1,5	0,4	9,1	45,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133,6	133,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120,5	120,5	3,4	2,9	5,6	63,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БАТОН С МАСЛОМ	36/5		2,7	5,2	18,5	131,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,1	13,2	53,9	379,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,5	4,1	41,2
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	185/15		4,5	3,6	13,3	103,6
КАРТОФЕЛЬ	98,4	73,8	1,5	0,3	11,6	55,1
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	246,2	246,2	0	0	0	0,0
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	15	15	2,6	1,4	0	22,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2,2	0	0	0,2	0,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	135		14,1	4,7	29,6	217,0

ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	63,7	63,3	14,2	1	29,5	183,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		70	12,6	3,5	11,2	163,9
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	54,5	52	10,8	2,5	0,7	105,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13	13	1	0,1	6,3	29,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,5	18,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			37,4	15,1	107,0	758,4
Полдник						
ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ПОВИДЛОМ		145/10	4,1	4,4	34,9	195,5
КРУПА МАННАЯ	30,8	30,8	3,1	0,3	21	98,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,3	111,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3	0	0	5,1	20,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	4,3	0,5	0,5	0	6,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,4	0	1,9	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,1	0,5	0,1	6,4
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6
РЯЖЕНКА		180	5,4	1,8	7,6	72,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			11,4	8,7	61,1	371,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,3	37,4	231,8	1 557,1



Утверждаю
Директор
Валеев Ильдус Ирекович

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	185		6,0	6,3	23,4	174,6
КРУПА ОВСЯНАЯ	29,3	29,2	3,5	1,7	16,9	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,3	160,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	88,4	88,4	2,5	2,1	4,1	46,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	36/5/7		2,8	5,2	23,2	150,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ПОВИДЛО	7	7	0	0	4,6	18,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,4	2,9	15,0	100,5
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			12,2	14,4	61,6	425,4
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,6	26,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	185/15		5,5	4,1	12,8	121,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12,9	12,9	1,4	0,2	8,7	41,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	3,9	0,5	0,4	0	5,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	7,88	6,3	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,5
КАРТОФЕЛЬ	13,33	10	0,2	0	1,6	7,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	243,1	243,1	0	0	0	0,0
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	16,5	15	3,1	0,7	0,2	30,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	2,8	2,8	0,2	0	1,4	6,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,4	3,4	0	0	0	0,0

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		155	13,4	10,0	25,7	246,9
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	58,5	58,5	10,1	5,1	0	86,9
КАРТОФЕЛЬ	197,2	147,9	2,9	0,6	23,4	110,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,8	10,7	0,1	0	0,9	4,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,4	2,4	0,3	0	1,5	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,3	0	38,4
КИСЕЛЬ		180			21,5	86,1
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			22,2	14,6	82,6	561,9
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		160	8,0	4,7	43,8	250,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,8	0,8	43,7	209,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,1	5,1	1,2	1,6	0	18,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/5			4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			12,2	7,4	82,4	445,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,6	36,6	246,8	1 518,7



Утверждаю
Директор
Валеев Ильдус Ирекович

МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	185		4,8	2,9	17,8	114,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,1	112,1	3,2	2,7	5,2	58,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	123,3	123,3	0	0	0	0,0
ВЕРМИШЕЛЬ	16	16	1,6	0,2	11,6	52,3
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	36/5/7		4,4	7,3	18,5	158,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,1	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			9,2	10,2	41,2	292,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,5	4,1	41,2
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СУП С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	185/15		7,1	5,5	14,4	135,9
КАРТОФЕЛЬ	49,2	36,9	0,7	0,1	5,8	27,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,1	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	246,2	246,2	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19	15	2,6	2,7	0	34,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	155		9,6	11,6	19,2	220,2
ГОВЯДИНА Б/К	39,2	39,2	7,1	6,1	0	82,9
МОРКОВЬ	16,13	12,9	0,2	0	0,9	4,4
КАРТОФЕЛЬ	138,93	104,2	2	0,4	16,5	77,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,4	13,7	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0	5	0	45,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,8	4,3

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,1	35,0
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			22,5	20,3	77,9	585,0
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ		95	5,6	6,3	34,3	216,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,9	38,9	4,1	0,5	26,4	126,0
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	64,5	51,6	0,9	0,1	2,3	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,1	0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	3	0,4	0,3	0	4,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			8,2	8,5	43,5	284,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,3	39,4	172,4	1 208,7



Утверждаю
Директор
Валеев Ильдар Ирекович

МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	185		4,3	3,4	27,9	159,3
ПШЕНО	38,1	38	4,3	1	26	129,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,5	166,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С СЫРОМ	36/7		4,4	3,2	18,5	120,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,1	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,5	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			8,8	6,6	51,5	301,3
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,6	26,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/15		3,9	4,8	7,7	89,8
СВЕКЛА	35,5	28,4	0,4	0	2,4	11,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	17,8	14,2	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	18,93	14,2	0,3	0,1	2,2	10,6
МОРКОВЬ	8,88	7,1	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,1	0,1	0	0,6	2,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	237	237	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	15	15	2,7	2,3	0	31,7
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135		5,8	2,8	37,0	196,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,7	0,7	37	177,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6

РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"		70	9,1	2,3	13,5	111,3
РЫБА МИНТАЙ ФАРШ	43,8	43,8	6,8	0,4	0	30,6
КРУПА РИСОВАЯ	8,8	8,8	0,6	0,1	6,3	28,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,73	0,6	0,5	0	7,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,1	20,2	0,3	0	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,2	8,2	0,9	0,1	5,5	26,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
ЧАЙ С САХАРОМ		180/5			4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			24,4	10,6	100,8	596,2
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		145/10	9,4	14,1	41,1	332,1
КРУПА РИСОВАЯ	30,2	30	2	0,3	21,5	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,9	76,9	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	29,7	29,7	5,1	2,6	0,9	48,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	6,4	0,8	0,7	0	9,7
САХАР ПЕСОК	10,9	10,9	0	0	10,6	42,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0	5	0	45,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,6	32,8
РЯЖЕНКА		180	5,4	1,8	7,6	72,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			16,7	18,4	67,3	508,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,9	35,8	239,8	1 491,9



Директор

Валеев Илья Игоревич

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	185		5,5	5,0	25,2	168,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30,1	30	2,9	0,4	19	91,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78,1	78,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91	91	2,5	2,2	4,3	47,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С МАСЛОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	35/5/7		3,2	5,7	21,8	151,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,5	0,6	3,8	22,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,8	2,2	15,4	93,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			11,5	12,9	62,4	413,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	50		0,7	3,0	3,8	45,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	56,55	47,5	0,7	0,1	3,8	18,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СУП С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	185/15		5,1	4,7	14,9	122,1
КАРТОФЕЛЬ	74	55,5	1,1	0,2	8,7	41,4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	9,09	9	1,1	0,3	4,9	26,9
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	15	15	2,7	2,3	0	31,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	135		3,3	4,8	10,0	98,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	187,8	150,3	2,6	0,2	6,9	40,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9

МОРКОВЬ	3,38	2,7	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,4	0,1	0	0,4	2,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8,1	8,1	0,4	0	1,5	8,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		70	12,6	3,5	11,2	163,9
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	53,5	52	10,8	2,5	0,7	105,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13	13	1	0,1	6,3	29,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,5	18,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			26,7	16,6	79,7	613,7
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ		95	6,6	5,8	41,5	244,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	43	43	4,5	0,6	29,2	139,3
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,6	0,6	0,5	0	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	60,93	45,7	0,9	0,2	7,2	34,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	12,8	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,7	0,2	0,2	0	2,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			9,2	8,0	50,7	312,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,8	37,9	202,6	1 385,7



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	185		4,3	4,8	17,8	130,9
КРУПА МАННАЯ	17	17	1,7	0,2	11,6	54,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	141,8	141,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С МАСЛОМ	35/5		2,7	5,2	18,0	129,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,6	3,0	15,0	101,9
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			10,6	13,0	50,8	361,9
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,5	4,1	41,2
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	185/15		4,5	3,6	13,3	103,6
КАРТОФЕЛЬ	98,4	73,8	1,5	0,3	11,6	55,1
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	246,2	246,2	0	0	0	0,0
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	15	15	2,6	1,4	0	22,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2,2	0	0	0,2	0,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155		11,8	10,9	33,5	309,5
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	42,8	41,3	8,5	2	0,5	84,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,7	8,7	0	8,4	0	75,9

КРУПА РИСОВАЯ	43,8	43,4	2,9	0,4	31,1	140,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,7	0,1	0	0,7	3,5
МОРКОВЬ	12,38	9,9	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ		180			21,5	86,1
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,7	17,4	89,4	622,0
Полдник						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1 шт		60	6,5	5,9	0,4	80,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	52,5	6,5	5,8	0,4	79,9
РАГУ ОВОЩНОЕ		160	3,1	9,5	17,9	175,5
КАРТОФЕЛЬ	85,33	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	25,38	20,3	0,3	0	1,4	6,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,1	0	0,9	4,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,4	33,1	0,6	0	1,6	9,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/5			4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			11,9	15,6	38,3	346,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,2	46,2	198,7	1 416,3

**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	185		5,8	5,0	24,6	166,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	28,9	28,8	3,2	0,4	19	92,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,4	89,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,2	4,2	47,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	35/5/7		2,7	5,2	22,5	147,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ПОВИДЛО	7	7	0	0	4,5	18,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,1	12,4	56,3	380,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,6	3,6	41,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58	40,5	0,7	0	1,2	9,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5	0,1	0	0,4	2,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	2	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
СУП С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180/15		7,0	5,4	14,0	133,0
КАРТОФЕЛЬ	48	36	0,7	0,1	5,7	26,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15,7	15,6	3,5	0,2	7,3	45,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19	15	2,6	2,7	0	34,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,6	4,4	25,0	155,0
КАРТОФЕЛЬ	148,8	111,6	2,1	0,4	17,7	83,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,5	19,5	0,6	0,5	0,9	10,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/20		7,6	6,6	6,1	114,3
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	38,25	38,25	6,6	3,4	0	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8,25	8,25	0,6	0,1	4	18,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	4,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,29	1,29	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,25	2,25	0	2,1	0	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,2	0,2	9,9	42,9
ЯБЛОКИ	49,1	43,2	0,2	0,2	4,1	19,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,9	19,6	75,6	568,6
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160		8,0	4,7	43,8	250,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,8	0,8	43,7	209,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,1	5,1	1,2	1,6	0	18,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,5	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			12,2	7,4	82,1	444,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,6	39,8	223,8	1 441,2