

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						
ОТВАРНЫЕ МАКАРОННЫЕ С МАСЛОМ	155		3,8	4,5	24,0	151,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60		0,7	3,1	4,4	49,0
КАБАЧКИ	90,24	67,68	0,4	0,2	3	15,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,57	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6,6	6,6	0,2	0	0,8	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			7,0	10,6	65,7	385,1
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	200		0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	27,9	113,0
Обед						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250		11,7	14,0	1,0	176,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0	0	0	0,0
МУКА ГРЕЧНЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65	65	11,7	10,1	0	137,4
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	100		18,5	13,5	11,6	242,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	101	100	17,5	8,7	2,9	163,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,4	0,2	8,8	42,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/15 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ХЛЕБ	55		3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			34,0	28,1	50,9	590,4
Полдник						
БАТОН С ПОВИДЛОМ	40		2,2	8,8	15,0	148,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,2	0,9	14,9	76,2
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	200		6,1	5,3	10,1	113,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,9	5,1	9,8	110,0
			8,3	14,1	25,1	261,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,4	52,9	169,6	1 350,3

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						
СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛНВЫЙ	200		6,6	5,8	21,0	163,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,8	0,2	12,2	58,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	3,4	6,5	73,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			10,6	7,4	61,7	354,3
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,3		32,8	134,0
ЯБЛОКИ	15	15	0,1	0,1	1,5	6,9
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	233	233	0	0	0	0,0
			0,3		32,8	134,0
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ С ГОВЯДИНОЙ	250/25		11,6	5,2	17,7	164,0
ПШЕНО	25	25	2,8	0,7	17,1	85,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6
РЫБА ЖАРЕНАЯ	50		11,8	10,6	2,2	151,0
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	71	60	11,9	3,8	0	81,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,5	4,2	17,1	116,5
КАРТОФЕЛЬ	146,57	102,6	2	0,4	16,2	76,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5

ХЛЕБ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			29,7	20,6	75,3	603,7
Полдник						
ДРОЖЖЕВЫЕ ОЛАДЬИ		100	7,4	3,5	46,9	248,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,1	64,1	6,7	0,8	43,5	207,7
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,3	13,2
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	2,9	2,9	0	2,3	0	20,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,9	1,9	0,2	0	0	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,8	25,8	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		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
			10,2	5,7	62,3	341,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,8	33,7	232,1	1 433,4

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						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	155		5,0	6,9	21,5	167,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33	4	1,9	19,8	112,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5	5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			9,0	8,5	62,2	358,3
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200		15,0	14,6	13,8	246,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	61,54	40	1,2	0,1	2,5	15,5
МОРКОВЬ	5,16	4	0,1	0	0,3	1,4
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	63	63	11,3	9,8	0	133,2
ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ	155		4,1	6,4	37,7	226,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,3	0,3	7,8	37,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ	55		3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0

ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			22,9	21,6	89,8	645,3
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ГРЕБЕШОК С ВАРЕННОЙ СГУЩЕНКОЙ"	40		3,1	1,7	19,4	104,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25,6	25,6	2,7	0,3	17,4	82,9
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	1,2	1,2	0	1	0	8,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,3	10,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,87	0,87	0,1	0	0,6	2,8
ПАСТА ОРЕХОВО-ШОКОЛАДНАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
САХАРНАЯ ПУДРА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,125	0,125	0	0,1	0	1,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			3,3	1,8	34,4	164,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,7	32,0	196,5	1 211,3

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						
КАША ПШЕНИЧНАЯ	155		6,4	6,4	31,0	207,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	38	38	4,3	0,5	25	121,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	72	72	2	1,7	3,4	37,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			10,4	8,0	71,7	398,0
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	200		0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	27,9	113,0
Обед						
ЩИ С ГОВЯДИНОЙ	250		8,9	10,2	6,9	155,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	88	70	1,3	0,1	3,2	19,0
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0	0	0,2	0,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	39	39	7,1	6	0	82,5
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	100		10,8	15,6	15,8	246,5
КАРТОФЕЛЬ	113,33	85	1,6	0,3	13,5	63,5
МОРКОВЬ	13	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	16	0,2	0	1,3	6,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	48	48	8,6	7,5	0	101,5

ХЛЕБ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			23,5	26,4	61,0	574,4
Полдник						
ОМЛЕТ		65	6,2	11,9	1,1	136,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,14 шт.	45,89	5,6	5,1	0,3	69,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,4	0,8	8,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
КАКАО НА МОЛОКЕ		200	2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			12,9	15,9	51,6	401,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,9	50,4	212,2	1 486,7

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						
КАША МАННАЯ	155		4,6	6,2	20,7	157,0
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			8,6	7,8	61,4	348,0
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200				15,5	61,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	61,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0	0	0	0,0
					15,5	61,9
Обед						
СУП-УХА ИЗ С/М РЫБЫ	200		10,5	0,4	0,5	47,3
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	93,06	67	10,4	0,4	0	44,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,05	3,4	0	0	0,3	1,4
МОРКОВЬ	4,39	3,4	0	0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/30		8,9	10,4	6,6	156,0
ГОВЯДИНА Б/К	42,22	38	6,9	5,9	0	80,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8	0,6	0,2	4	20,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		155	4,7	5,2	21,1	149,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38,38	38	4,7	1,3	21	113,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	15	15	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ		25	0,2		0,4	3,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	25	25	0,2	0	0,4	3,3
ХЛЕБ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			28,1	16,6	66,9	528,6
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РОМАШКА"		75	4,0	1,5	46,4	214,0
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
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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		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
			6,8	3,7	61,8	307,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,5	28,1	205,6	1 245,8

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						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155		4,7	5,2	21,1	149,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38,38	38	4,7	1,3	21	113,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	15	15	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			8,7	6,8	61,8	340,8
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				11,6	46,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0	0	0	0,0
					11,6	46,4
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200		15,0	14,6	13,8	246,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	61,54	40	1,2	0,1	2,5	15,5
МОРКОВЬ	5,16	4	0,1	0	0,3	1,4
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	63	63	11,3	9,8	0	133,2
ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ	155		4,1	6,4	37,4	225,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,3	0,3	7,6	36,5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ	55		3,6	0,5	23,3	112,2

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			22,9	21,6	89,5	644,1
Полдник						
ВАФЛИ	30		0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		6,1	5,3	10,1	113,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,9	5,1	9,8	110,0
			6,9	6,3	33,3	219,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,5	34,7	196,2	1 250,5

МЕНЮ**Сад 12 часов****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	155		4,3	5,2	24,3	159,9
КРУПА МАННАЯ	33	33	3,3	0,3	22,6	105,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5	5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			8,3	6,8	65,0	350,9
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,6	0,1	31,7	131,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
			0,6	0,1	31,7	131,0
Обед						
СУП-РАССОЛЬНИК НА К/М БУЛЬОНЕ	200		13,7	12,8	10,6	214,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,04	4	0,4	0	2,6	12,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,6	9,6	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,5	2	0,1	0	0,2	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0	0	0,2	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ГОВЯДИНА Б/К	74,44	67	12,1	10,4	0	141,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,05	3,4	0	0	0,3	1,4
МОРКОВЬ	4,39	3,4	0	0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	150		17,2	17,1	25,2	324,0
ГОВЯДИНА Б/К	87,78	79	14,3	12,2	0	167,0
КРУПА РИСОВАЯ	34	34	2,3	0,3	24,4	109,8

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
ХЛЕБ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			34,7	30,5	74,1	711,0
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		35	3,1	2,0	30,2	151,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,6	18,6	1,9	0,2	12,6	60,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,1	0,1	0	1,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,6	0,6	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,87	0,87	0,1	0	0,6	2,8
ПОВИДЛО	16,5	16,5	0,1	0	10,6	42,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,13	0,13	0	0,1	0	1,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,4	31,8
КАКАО НА МОЛОКЕ		200	2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			6,0	4,5	55,0	285,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,6	41,9	225,8	1 478,1

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 "ДРУЖБА"	100		3,1	5,0	13,4	112,0
КРУПА РИСОВАЯ	5	5	0,4	0,1	3,6	16,2
ПШЕНО	5	5	0,6	0,1	3,4	17,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,25	0,25	0	0	0	0,0
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			7,1	6,6	54,1	303,0
II Завтрак						
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
СУП ОВОЩЕЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		8,2	9,7	10,8	163,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	12	8	0,2	0	0,5	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	35	6,3	5,4	0	74,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/30		8,9	10,4	6,6	156,0
ГОВЯДИНА Б/К	42,22	38	6,9	5,9	0	80,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8	0,6	0,2	4	20,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		155	4,7	5,2	21,1	149,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38,38	38	4,7	1,3	21	113,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	15	15	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			25,8	26,9	79,2	660,4
Полдник						
ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕ		75	5,4	9,0	29,5	221,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,9	39,9	4,2	0,5	27,1	129,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	39,9	39,9	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,75	3,75	0	3,6	0	32,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,69	4,69	0	3,8	0	34,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		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
			8,2	11,2	44,9	314,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,6	44,8	188,1	1 320,7

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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	155		5,0	6,9	21,5	167,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33	4	1,9	19,8	112,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5	5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			9,0	8,5	62,2	358,3
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	200		0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	27,9	113,0
Обед						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250		10,5	12,9	1,0	161,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0	0	0	0,0
МУКА ГРЕЧНЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	58	58	10,5	9	0	122,6
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	70		9,7	6,7	19,9	177,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	50	50	8,7	4,4	1,5	82,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВАРЕНЬЕ	20	20	0,1	0,1	14,4	55,9
ХЛЕБ	55		3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			24,0	20,2	59,2	511,4
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ С МАСЛОМ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
КАКАО НА МОЛОКЕ		200	2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			5,2	5,4	47,1	259,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,3	34,2	196,4	1 241,8

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						
КАША ПШЕНИЧНАЯ	155		5,6	6,4	24,8	179,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,4	0,4	19,8	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			9,6	8,0	65,5	370,0
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,6	0,1	31,7	131,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
			0,6	0,1	31,7	131,0
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250/25		11,6	5,2	17,7	164,0
ПШЕНО	25	25	2,8	0,7	17,1	85,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50		10,0	12,2	8,1	182,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,3	0,6	6,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	46	46	8,3	7,2	0	97,3
ОТВАРНЫЕ МАКАРОННЫЕ С МАСЛОМ	100		3,7	0,5	23,9	114,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			29,1	18,5	88,0	633,1
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ С ЯБЛОКОМ"		100	6,5	3,6	61,5	300,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	54,6	54,6	5,7	0,7	37,1	176,9
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23	23	0	0	0	0,0
ДЖЕМ	30	30	0,2	0	21,2	82,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	14,0	86,6
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	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	60	60	0	0	0	0,0
			9,1	5,8	75,5	387,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,4	32,4	260,7	1 521,3