

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						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		8,4	10,4	24,0	223,8
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	20,62	20	4,6	5,9	0	72,8
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40		0,5	2,1	2,9	32,7
КАБАЧКИ	60,16	45,12	0,3	0,1	2	10,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,4	4,4	0,2	0	0,5	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	180		2,7	2,8	19,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	34	34	2,3	2,8	18,3	108,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			15,4	16,8	72,5	503,1
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 ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	250		5,7	4,5	18,8	139,0
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	1	0,2	8	37,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,5	0,3	9,3	58,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	75	0	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	125/5		2,9	7,5	27,3	189,0
КРУПА РИСОВАЯ	29	29	1,9	0,3	20,9	93,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
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
			12,4	12,6	84,4	500,2
Полдник						
БАТОН С ПОВИДЛОМ		40	1,2	4,3	22,0	132,0
ДЖЕМ	20,2	20	0,1	0	14,6	56,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ		180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			6,3	8,7	30,4	226,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,7	38,2	219,0	1 360,6

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						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	205		5,6	5,7	30,2	194,5
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	44,44	44	4,3	0,6	27,9	133,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47	47	1,4	1,2	2,2	24,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	9	9	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
			9,6	7,3	70,9	385,5
II Завтрак						
СОК	180		1,0	0,2	17,8	78,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180	0,5	0	29,7	122,4
			1,0	0,2	17,8	78,0
Обед						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		8,2	7,5	18,8	175,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,4	0,2	8,9	42,6
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	213	213	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	30	5,4	4,7	0	63,4
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50		12,6	16,7		200,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	95,83	69	12,6	12,7	0	164,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	0	0	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	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
			27,1	29,0	74,2	664,7
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПЛЮШКА"	100		6,5	3,6	62,2	303,2
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	21,9	85,2
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
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
			9,4	6,1	87,0	437,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,1	42,6	249,9	1 565,4

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		6,2	7,9	25,7	199,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33	4	1,9	19,8	112,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	74	74	2	1,8	3,5	38,8
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	200/15		0,2	0,1	16,2	64,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
			10,2	9,5	67,6	394,8
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250		11,9	11,1	19,3	224,2
КАРТОФЕЛЬ	160,71	112,5	2,2	0,5	17,8	84,0
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	70	52,5	9,5	8,1	0	111,1
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
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,7	0,1	6,8	31,2
МОРКОВЬ	74,33	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6

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
			34,9	25,3	76,0	669,6
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
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
			1,0	1,1	38,2	166,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,2	36,0	209,7	1 343,6

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 "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	200/15		0,2	0,1	16,2	64,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
			7,1	6,6	55,3	307,8
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		1,7	0,7	39,6	203,9
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
ШИПОВНИК СУХОЙ	50	50	1,7	0,7	24,2	142,0
			1,7	0,7	39,6	203,9
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		9,9	10,3	22,0	220,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,5	18,5	1,9	0,2	12,5	59,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	71,4
МЯСО ТУШЕНОЕ	50		14,3	14,3		185,3
ГОВЯДИНА Б/К	85,56	77	14,3	12,3	0	167,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	0	0	0	0	0,0
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
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60		0,9	3,0	5,2	51,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,9	0	2,1	12,9
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ХЛЕБ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
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
			31,7	33,1	73,9	717,9
Полдник						
ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕ	125		5,5	10,7	34,4	255,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,1	48,1	5	0,6	32,6	155,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,1	48,1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		1,5	1,3	22,4	107,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,8	0	4,2	19,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
			7,0	12,0	56,8	362,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,5	52,4	225,6	1 592,4

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						
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
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
			18,6	13,6	39,5	355,0
II Завтрак						
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
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
			4,4	1,6	57,4	262,0
Обед						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250		9,0	3,4	16,5	132,9
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	40	40	7	0	0	27,7
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
МОРКОВЬ	20,65	16	0,2	0	1,1	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,53	8	0,1	0	0,7	3,2
КРУПА РИСОВАЯ	5,05	5	0,4	0,1	3,6	16,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,75	3,75	0	3	0	27,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,19	1,75	0,1	0	0,1	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ С МЯСОМ	125		10,7	22,0	19,2	318,0
КАРТОФЕЛЬ	125,33	94	1,8	0,4	14,8	70,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	66	55	0,8	0,1	4,4	21,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	15	15	0	14,6	0	130,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95,2

САЛАТ ИЗ ЛУКА		40	0,5	2,4	3,0	36,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	45,24	38	0,5	0,1	3	15,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ХЛЕБ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
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
			22,1	28,1	64,3	597,9
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РОМАШКА"		50	3,6	2,1	36,6	141,0
СЛОЙКА "РОМАШКА"	50	50	1,8	1,1	18,3	70,5
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
			6,5	4,6	61,4	275,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,6	47,9	222,6	1 489,9

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	205		10,6	7,1	35,3	246,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	51,52	51	6,2	1,6	28,2	152,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО 1% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	1,5	7	58,2
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
			14,6	8,7	76,0	437,9
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200				23,2	92,9
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
					23,2	92,9
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250/15		6,4	4,5	18,6	141,0
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	1	0,2	8	37,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,5	0,3	9,3	58,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	22,51	20,26	3,7	3,1	0	42,9
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150		12,4	17,7	25,9	318,6
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
КАРТОФЕЛЬ	197,14	138	2,7	0,6	21,8	103,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	2,8
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65	48,75	8,8	7,6	0	103,1

ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		25	0,2		0,4	3,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	25	25	0,2	0	0,4	3,3
ХЛЕБ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
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
			20,9	22,5	70,5	573,9
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:			43,8	45,3	194,8	1 366,5

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	205		5,7	5,6	32,3	200,8
КРУПА МАННАЯ	44	44	4,4	0,4	30,2	140,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46	46	1,3	1,2	2,1	24,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	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
			9,7	7,2	73,0	391,8
II Завтрак						
СОК	180		1,0	0,2	17,8	78,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180	0,5	0	29,7	122,4
			1,0	0,2	17,8	78,0
Обед						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		8,8	11,5	1,0	141,8
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	48,75	8,8	7,6	0	103,1
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
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		8,4	10,4	24,0	223,8
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	20,62	20	4,6	5,9	0	72,8
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
			32,8	33,1	65,5	688,8
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ СО СГУЩЕНКОЙ		60	4,7	1,8	30,2	155,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,12	1,12	0	1,1	0	9,8
НАПИТОК ТЫКВЕННЫЙ	15	15	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	10,71	7,5	0,2	0	1,2	5,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	0,8	0,8	0	0	0	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	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
			7,6	4,3	55,0	289,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,1	44,8	211,3	1 447,8

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	200		7,1	8,1	33,9	237,1
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	38,7	38,7	4,4	0,5	25,5	123,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,1	98,1	2,7	2,4	4,6	51,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
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	200/15		0,2	0,1	16,2	64,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
			11,1	9,7	75,8	432,9
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-РАССОЛЬНИК НА К/М БУЛЬОНЕ	250		14,5	13,8	13,1	236,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,5	0,1	3,2	15,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,9
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,13	2,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,98	2,5	0	0	0,2	1,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ГОВЯДИНА Б/К	74,44	67	12,5	10,7	0	146,1
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
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	0	0	0	0	0,0
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
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
			23,7	23,4	80,9	630,0
Полдник						
ГРЕНКИ		20	2,0	2,5	12,5	79,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	0,54	0,52	0,1	0,2	0	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
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
			4,8	4,7	27,9	173,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,7	37,9	212,5	1 349,1

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	205		6,6	7,8	28,6	210,6
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	44	44	5,2	2,6	26,4	150,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46	46	1,3	1,2	2,1	24,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	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	200/15		0,2	0,1	16,2	64,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
			10,6	9,4	70,5	406,4
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 ОВОЩЕЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		10,7	11,8	10,8	192,6
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	65	48,75	8,8	7,6	0	103,1
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/25		10,3	7,5	4,7	128,0
ГОВЯДИНА Б/К	46,67	42	7,6	6,5	0	88,9
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	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,2	1	0,2	13,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		205	6,3	5,6	28,3	188,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	51,52	51	6,2	1,6	28,2	152,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,6	2,4	3,2	36,4
СВЕКЛА	49,03	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ХЛЕБ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
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
			29,8	27,6	72,6	656,7
Полдник						
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА		75	13,3	6,8	12,1	166,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	71	70	12,2	6,1	2	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ЧАЙ- С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		180	2,2	2,3	3,7	44,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,8	1,8	0,4	0	0,8	4,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ	30	30	1,8	2,2	3	40,2
			15,5	9,1	15,8	210,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,5	46,2	190,6	1 404,6

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 "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	30		1,2	0,5	16,0	71,9
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8	40,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,2	0,1	16,2	64,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
			4,5	5,6	45,6	248,7
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 ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		6,9	6,3	18,8	159,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,4	0,2	8,9	42,6
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	213	213	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
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
			27,9	24,0	82,3	655,9
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ"		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
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
			9,3	5,8	76,9	393,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,3	35,5	236,5	1 429,5