

# МЕНЮ

## Сад 12 часов

### ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155		8,1	8,1	26,7	212,7
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
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
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
			<b>10,6</b>	<b>11,1</b>	<b>64,0</b>	<b>397,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200		0,4	0,1	34,3	140,8
ЯБЛОКИ	15	15	0,1	0,1	1,5	7,1
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
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
			<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>34,3</b>	<b>140,8</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКОЛЬНИК НА К/М БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		8,1	12,1	10,3	187,6
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	16,13	12,5	0,2	0	0,9	4,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	15,79	15	0,2	0	0,6	3,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,1	0	0,4	2,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,13	2,5	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,4	6,4	0	83,1
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
<b>ХЛЕБ</b>		<b>55</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>23,3</b>	<b>112,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>185/15</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>15,0</b>	<b>60,0</b>
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
			<b>16,0</b>	<b>19,1</b>	<b>86,0</b>	<b>585,0</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БАТОН С ПОВИДЛОМ</b>		<b>40</b>	<b>1,2</b>	<b>4,3</b>	<b>22,0</b>	<b>132,0</b>
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
<b>МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ</b>		<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>8,4</b>	<b>94,3</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			<b>6,3</b>	<b>8,7</b>	<b>30,4</b>	<b>226,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>33,3</b>	<b>39,0</b>	<b>214,7</b>	<b>1 349,9</b>

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
			<b>10,4</b>	<b>8,0</b>	<b>71,7</b>	<b>398,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,3	0,2	28,0	115,8
ЯБЛОКИ	15	15	0,1	0,1	1,5	7,1
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
ШИПОВНИК	15	15	0,2	0,1	3,3	15,9
			<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>28,0</b>	<b>115,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП -УХА ИЗ СВЕЖЕЙ МОРОЖЕННОЙ РЫБЫ	250		17,5	3,8	16,5	170,9
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	40	40	7,2	0	0	28,6
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
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	60	53,16	8,2	0,5	0	37,2
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,7	15,9	3,1	218,0
ГОВЯДИНА Б/К	87,78	79	14,3	12,2	0	167,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ</b>		<b>155</b>	<b>4,7</b>	<b>5,2</b>	<b>21,1</b>	<b>149,8</b>
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
<b>САЛАТ ИЗ ЛУКА</b>		<b>40</b>	<b>0,5</b>	<b>2,4</b>	<b>3,0</b>	<b>36,0</b>
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
<b>ХЛЕБ</b>		<b>55</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>23,3</b>	<b>112,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>185/15</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>15,0</b>	<b>60,0</b>
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
			<b>42,2</b>	<b>27,9</b>	<b>82,0</b>	<b>746,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПЛЮШКА"</b>		<b>50</b>	<b>3,8</b>	<b>6,5</b>	<b>29,9</b>	<b>192,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,09	32,09	3,4	0,4	21,7	104,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,69	1,69	0,2	0	1,2	5,4
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0	0	5,3	21,2
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	7,43	7,43	0	5,9	0,1	53,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,85	0,85	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,25	14,25	0	0	0	0,0
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ</b>		<b>180</b>	<b>2,8</b>	<b>2,2</b>	<b>15,4</b>	<b>93,3</b>
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
			<b>6,6</b>	<b>8,7</b>	<b>45,3</b>	<b>285,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,5</b>	<b>44,8</b>	<b>227,0</b>	<b>1 546,3</b>

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
			<b>7,1</b>	<b>6,6</b>	<b>54,1</b>	<b>303,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
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
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>31,7</b>	<b>131,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП -РАССОЛЬНИК НА К/М БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		9,1	10,3	30,8	252,6
КАРТОФЕЛЬ	133,33	100	1,9	0,4	15,8	74,7
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	20	19,8	1,7	0,2	12,8	60,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	35	26,25	4,8	4,1	0	55,5
СМЕТАНА 25% ЖИРНОСТИ	13	13	0,3	3,2	0,4	31,5
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50		7,5	7,7	6,3	125,0
ГОВЯДИНА Б/К	41,11	37	6,7	5,7	0	78,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b>	<b>255</b>		<b>5,1</b>	<b>9,5</b>	<b>33,4</b>	<b>240,4</b>
КАРТОФЕЛЬ	240	180	3,5	0,7	28,4	134,4
МОРКОВЬ	61	49	0,6	0	3,4	17,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33	31	0,9	0,8	1,5	16,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>САЛАТ ОВОЩНОЙ</b>	<b>40</b>		<b>1,1</b>	<b>2,4</b>	<b>3,1</b>	<b>38,5</b>
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	53,14	37,2	1,2	0,1	2,3	14,5
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
<b>ХЛЕБ</b>	<b>55</b>		<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>23,3</b>	<b>112,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	<b>185/15</b>		<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>15,0</b>	<b>60,0</b>
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
			<b>26,6</b>	<b>30,5</b>	<b>111,9</b>	<b>828,7</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ВАФЛИ</b>	<b>30</b>		<b>0,8</b>	<b>1,0</b>	<b>23,2</b>	<b>106,2</b>
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
<b>КАКАО НА МОЛОКЕ</b>	<b>200</b>		<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>24,8</b>	<b>134,0</b>
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
			<b>3,7</b>	<b>3,5</b>	<b>48,0</b>	<b>240,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,0</b>	<b>40,7</b>	<b>245,7</b>	<b>1 502,9</b>

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ	205		4,9	6,1	34,7	213,5
КРУПА РИСОВАЯ	44,44	44	3	0,4	31,6	142,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	67	67	1,8	1,6	3,1	35,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93	93	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
			<b>8,9</b>	<b>7,7</b>	<b>75,4</b>	<b>404,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
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
			<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>27,9</b>	<b>113,0</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ С ГОВЯДИНОЙ	250		10,6	11,8	8,5	182,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,9	0,1	2,3	13,6
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
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	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65	48,75	8,8	7,6	0	103,1
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
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40		0,5		4,5	20,8

МОРКОВЬ	49,55	38,4	0,5	0	2,5	13,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
<b>ХЛЕБ</b>		<b>55</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>23,3</b>	<b>112,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>185/15</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>15,0</b>	<b>60,0</b>
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
			<b>20,3</b>	<b>21,4</b>	<b>80,8</b>	<b>596,7</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГРЕНКИ</b>		<b>20</b>	<b>2,3</b>	<b>0,9</b>	<b>15,7</b>	<b>80,1</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,3	0,9	15,7	80,0
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ</b>		<b>180</b>	<b>2,8</b>	<b>2,2</b>	<b>15,4</b>	<b>93,3</b>
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
			<b>5,1</b>	<b>3,1</b>	<b>31,1</b>	<b>173,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>34,4</b>	<b>32,3</b>	<b>215,2</b>	<b>1 287,6</b>



**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
			<b>8,3</b>	<b>6,8</b>	<b>65,0</b>	<b>350,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,8	0,3	26,4	114,8
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	50	50	0,8	0,4	10,9	52,9
			<b>0,8</b>	<b>0,3</b>	<b>26,4</b>	<b>114,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250		11,1	10,0	18,8	209,9
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,5	0,3	11,8	56,1
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10	9,9	1,2	0,3	5,5	29,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	45	8,1	7	0	95,2
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50		7,9	7,6	7,5	130,0
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	37	33	6,6	2	0	44,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,5	4,8	31,3	191,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
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		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
			<b>28,8</b>	<b>25,4</b>	<b>98,9</b>	<b>739,1</b>
<b>Полдник</b>						
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
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
			<b>3,7</b>	<b>3,5</b>	<b>48,0</b>	<b>240,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,6</b>	<b>36,0</b>	<b>238,3</b>	<b>1 445,0</b>