

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	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
			11,6	16,5	65,7	457,9
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						
ЩИ НА К/М БУЛЬОНЕ	250		12,3	12,1	20,3	239,4
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	65	48,75	8,8	7,6	0	103,1
КАРТОФЕЛЬ	130	84,5	1,6	0,3	13,4	63,1
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
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
			17,9	21,2	64,8	520,4
Полдник						
БАТОН С ПОВИДЛОМ	40		1,3	4,6	22,3	133,5
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
			6,4	9,0	30,7	227,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,5	46,8	192,9	1 337,1

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 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						
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 - РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ	250		6,5	6,7	19,8	165,6
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,5	0,3	11,8	56,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	10	0,9	0,1	6,5	30,6
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	180	180	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	150		17,9	13,7	27,7	306,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	101,39	73	12,9	13	0	168,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1
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
			28,7	23,4	88,8	679,8
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 НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	185/15		2,1	2,5	18,3	104,0
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	15	59,9
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ	33	33	2	2,5	3,3	44,1
			2,9	3,5	41,5	210,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	33,8	205,2	1 283,9

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	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	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	9,4	69,3	401,6
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						
БОРЩ С КУРИЦЕЙ	250		9,6	12,1	12,4	197,7
СВЕКЛА	50	40	0,6	0	3,4	16,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	26,67	20	0,4	0,1	3,2	14,9
МОРКОВЬ	13	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	73	44,53	7,9	8	0	102,8
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
			31,9	26,2	62,3	611,9
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РУЛЕТ С МАКОМ"	50		4,0	4,2	28,5	167,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,78	32,78	3,4	0,4	22,2	106,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
САХАР ПЕСОК	5,75	5,75	0	0	5,5	22,2
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	4,28	4,28	0	3,4	0	30,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,48	0,48	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,68	0,68	0,1	0	0	0,5
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	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
			4,2	4,3	43,5	227,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,8	40,0	203,0	1 353,9

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 ЛИМОНОМ	180/10/7		0,1		10,0	41,7
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
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			7,0	6,5	49,1	284,7
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 ГРЕЧНЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	250		9,5	13,5	1,0	163,4
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
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	75	54	9,5	9,6	0	124,6
БЛИНЫ С МАСЛОМ САХАРОМ	105		5,4	5,5	30,7	193,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	41,6	41,6	4,4	0,5	28,2	134,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	104	104	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,21 шт.	8,45	1,1	1	0,1	12,9
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
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
			18,7	19,6	70,0	529,2
Полдник						
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
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
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
			5,5	5,5	47,5	265,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,8	31,7	198,3	1 210,3

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 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 И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,3	0,1	15,2	62,0
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
ЛИМОН	8	7	0,1	0	0,2	2,3
			9,0	7,7	75,6	406,5
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 С КУРИЦЕЙ	250		12,0	12,5	19,3	237,9
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
ПШЕНО	10	0	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	75	54	9,5	9,6	0	124,6
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
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ 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

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
			31,4	28,2	83,8	712,1
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ С КОНФИТЮРОМ"		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 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
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			7,1	4,1	86,3	407,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,1	40,1	277,4	1 657,2

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		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
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 И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,3	0,1	15,2	62,0
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
ЛИМОН	8	7	0,1	0	0,2	2,3
			9,2	9,2	65,1	380,9
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,2	0,2	27,9	115,0
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	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
			0,2	0,2	27,9	115,0
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250		10,1	12,6	10,9	197,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,6
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
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый 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
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	65	46,8	8,2	8,3	0	108,1
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	125		9,1	14,4	17,7	237,0
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
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
			23,2	27,6	67,3	610,3
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		200	6,1	5,3	10,1	113,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,9	5,1	9,8	110,0
			7,3	9,6	32,1	245,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,9	46,6	192,4	1 351,2

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 И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,3	0,1	15,2	62,0
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
ЛИМОН	8	7	0,1	0	0,2	2,3
			9,8	7,2	73,2	393,8
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,2	0,2	27,9	115,0
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	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
			0,2	0,2	27,9	115,0
Обед						
ЩИ С КУРИЦЕЙ	250		3,1	4,4	17,2	121,7
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
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	0	0	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	100	65	1,3	0,3	10,3	48,6
БИТОЧКИ ИЗ КУР	55		8,5	9,7	1,9	128,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	52,78	38	6,7	6,8	0	87,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,3	0,3	0,5	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ 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
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	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
			19,8	21,6	84,6	609,6
Полдник						
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
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
			2,4	3,0	50,2	238,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,2	32,0	235,9	1 356,5

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 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
			8,9	7,7	75,4	404,5
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 ИЗ КУРИЦЫ	250		11,4	13,9	10,9	214,3
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	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	75	54	9,5	9,6	0	124,6
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
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	255		5,1	9,5	33,4	240,4
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
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40		0,6	2,0	3,5	34,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	39,45	31,56	0,6	0	1,5	8,5
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	5	4	0,1	0	0,1	0,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,88	3,88	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
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
			32,7	36,6	88,3	812,4
Полдник						
ГРЕНКИ	20		2,3	0,9	15,7	80,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,3	0,9	15,7	80,0
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
			5,1	3,1	31,1	173,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,3	47,5	226,5	1 521,3

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 ПШЕННАЯ	205		5,2	5,2	31,5	193,3
ПШЕНО	46,46	46	5,1	1,2	31,4	157,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	19	19	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
			9,2	6,8	72,2	384,3
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 КУРИЦЕЙ	250		9,9	12,6	14,3	209,9
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
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	65	46,8	8,2	8,3	0	108,1
КАРТОФЕЛЬ	130	84,5	1,6	0,3	13,4	63,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10	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
			19,1	22,2	82,1	603,1
Полдник						
ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РОМАШКА"	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:			37,8	35,2	269,2	1 537,6