|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
|  ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ 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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| 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 |
|  | **5,3** | **7,7** | **65,1** | **349,9** |
| **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** |
| РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ | 250 | 14,8 | 17,0 | 14,5 | 270,7 |
|  КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 25 | 20 | 0,4 | 0 | 0,9 | 5,4 |
|  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 |
|  ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 17 | 15 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,9 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 98,5 | 70,92 | 12,5 | 12,6 | 0 | 163,7 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 3,75 | 3,75 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,69 | 4,69 | 0 | 3,8 | 0 | 34,0 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ | 55 | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
| 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 |
|  | **25,1** | **26,6** | **113,1** | **791,2** |
| **Полдник** |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 |
|  | **6,7** | **4,0** | **50,5** | **265,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **37,1** | **38,3** | **251,9** | **1 499,0** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ | 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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 ШИПОВНИКА | 200 | 0,6 | 0,3 | 31,7 | 141,3 |
|  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 СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
|  | **0,6** | **0,3** | **31,7** | **141,3** |
| **Обед** |
| ЩИ С КУРИЦЕЙ | 250 | 14,4 | 16,8 | 6,9 | 236,9 |
|  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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 98,5 | 70,92 | 12,5 | 12,6 | 0 | 163,7 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 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 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ХЛЕБ | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ | 55 | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
| 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 |
|  | **37,2** | **31,1** | **103,7** | **842,4** |
| **Полдник** |
| ГРЕНКИ | 20 | 2,3 | 0,9 | 15,7 | 80,1 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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:** | **52,5** | **42,5** | **232,0** | **1 527,1** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ | 250 | 16,0 | 18,4 | 15,9 | 292,8 |
|  КРУПА ОВСЯНАЯ | 25 | 25 | 3 | 1,5 | 14,5 | 82,9 |
|  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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 250 | 250 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 100 | 72 | 12,7 | 12,8 | 0 | 166,3 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МАКАРОНЫ 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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКАВЫСШ.СОРТ | 55 | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |
| 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 |
|  | **36,0** | **33,9** | **84,7** | **785,1** |
| **Полдник** |
| ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РУЛЕТ СМАКОМ" | 50 | 4,8 | 2,1 | 28,9 | 152,8 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 34 | 34 | 3,6 | 0,4 | 23,1 | 110,2 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,75 | 1,75 | 0,2 | 0 | 1,2 | 5,6 |
|  ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 6 | 6 | 0,7 | 0,4 | 3,6 | 20,5 |
|  ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
|  САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1 | 1 | 0 | 0,8 | 0 | 7,3 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
|  СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 20 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,25 | 0,25 | 0 | 0,2 | 0 | 2,1 |
| 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 |
|  | **7,7** | **4,6** | **53,7** | **286,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **52,6** | **45,4** | **235,1** | **1 553,8** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША ПШЕННАЯ | 155 | 3,9 | 4,9 | 23,9 | 155,8 |
|  ПШЕНО | 35,35 | 35 | 3,9 | 0,9 | 23,9 | 119,5 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | 14 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 |
|  | **7,9** | **6,5** | **64,6** | **346,8** |
| **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** |
| СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ | 250 | 8,4 | 10,7 | 11,7 | 176,8 |
|  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 ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 12 | 8 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,2 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  СВЕКЛА | 13,33 | 10 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,1 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ | 70 | 9,7 | 6,7 | 20,4 | 179,5 |
|  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 РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
|  ВАРЕНЬЕ | 20 | 20 | 0,1 | 0,1 | 14,8 | 57,6 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКАВЫСШ.СОРТ | 55 | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
|  | **22,5** | **17,8** | **74,7** | **546,6** |
| **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 |
| 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** | **5,1** | **37,7** | **218,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **35,6** | **29,5** | **204,9** | **1 224,8** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ | 250 | 6,0 | 6,7 | 17,9 | 156,4 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 187,5 | 187,5 | 5,2 | 4,6 | 8,7 | 98,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 75 | 75 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КРУПА РИСОВАЯ | 10,1 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,2 | 32,3 |
|  САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 |
|  | **10,0** | **8,3** | **58,6** | **347,4** |
| **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-УХА ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ | 250 | 9,0 | 3,4 | 16,5 | 132,9 |
|  РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫАТЛАНТИЧ. | 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 НЕСОЛЕНОЕ | 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 |
| БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ | 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 НЕСОЛЕНОЕ | 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 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 |
|  КАРТОФЕЛЬ | 170,67 | 128 | 2,5 | 0,5 | 20,3 | 95,6 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 24 | 23 | 0,7 | 0,6 | 1,1 | 12,0 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| 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 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ | 55 | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
|  | **25,5** | **19,1** | **107,8** | **701,7** |
| **Полдник** |
| ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ СКОНФИТЮРОМ" | 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 НЕСОЛЕНОЕ | 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,01 шт. | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
|  ЯБЛОКИ | 20 | 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 |
|  | **6,7** | **3,7** | **77,2** | **363,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **42,8** | **31,2** | **275,3** | **1 543,3** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ | 155 | 8,9 | 8,9 | 28,1 | 228,4 |
|  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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
| 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 |
|  | **11,4** | **11,9** | **65,4** | **413,5** |
| **II Завтрак** |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,6 | 0,3 | 31,7 | 141,3 |
|  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 СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
|  | **0,6** | **0,3** | **31,7** | **141,3** |
| **Обед** |
| СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ | 250 | 9,1 | 9,2 | 18,8 | 195,2 |
|  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 НЕСОЛЕНОЕ | 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 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ СПАССИРОВАННЫМИ ОВОЩАМИ | 100 | 3,0 | 0,2 | 6,3 | 38,8 |
|  ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 153,85 | 100 | 3 | 0,2 | 6,3 | 38,8 |
| 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 |
|  | **15,9** | **10,0** | **63,4** | **406,2** |
| **Полдник** |
| БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 40 | 2,2 | 8,8 | 15,0 | 148,8 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10 | 10 | 0,1 | 8,1 | 0,1 | 72,6 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,2 | 0,9 | 14,9 | 76,2 |
| 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 |
|  | **2,4** | **8,9** | **30,0** | **208,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **30,3** | **31,1** | **190,5** | **1 169,8** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША ЯЧНЕВАЯ | 155 | 4,2 | 5,3 | 22,6 | 154,8 |
|  КРУПА ЯЧНЕВАЯ | 33,33 | 33 | 3,2 | 0,4 | 21 | 100,2 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 35 | 35 | 1 | 0,9 | 1,6 | 18,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 85 | 85 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | 7 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 |
|  | **8,2** | **6,9** | **63,3** | **345,8** |
| **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 | 250/25 | 16,1 | 15,7 | 18,3 | 278,6 |
|  ПШЕНО | 25 | 25 | 2,8 | 0,7 | 17,1 | 85,4 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 18 | 15 | 0,2 | 0 | 1,2 | 6,0 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 240 | 240 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ГОВЯДИНА Б/К | 44,44 | 40 | 7,4 | 6,4 | 0 | 87,2 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 44,44 | 32 | 5,6 | 5,7 | 0 | 73,9 |
| ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 50/50 | 27,0 | 30,4 | 5,6 | 401,9 |
|  ГОВЯДИНА Б/К | 87,78 | 79 | 14,7 | 12,6 | 0 | 172,2 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 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 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 87,78 | 63,2 | 11,2 | 11,3 | 0 | 145,9 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКАВЫСШ.СОРТ | 55 | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |
| 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 |
|  | **52,2** | **51,7** | **87,6** | **1 020,6** |
| **Полдник** |
| ГРЕНКИ | 20 | 2,3 | 0,9 | 15,7 | 80,1 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 31,5 | 31,5 | 2,3 | 0,9 | 15,7 | 80,0 |
| 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** | **3,4** | **40,5** | **214,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **66,2** | **62,1** | **223,1** | **1 711,5** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 ШИПОВНИКА | 200 | 0,6 | 0,3 | 31,7 | 141,3 |
|  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 СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
|  | **0,6** | **0,3** | **31,7** | **141,3** |
| **Обед** |
| ЩИ С КУРИЦЕЙ | 200 | 7,5 | 10,1 | 5,2 | 142,1 |
|  КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 70 | 56 | 1 | 0,1 | 2,5 | 15,2 |
|  МОРКОВЬ | 10,32 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
|  ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 1,2 | 1,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,5 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ | 56 | 34,16 | 6 | 6,1 | 0 | 78,9 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
|  ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ 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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКАВЫСШ.СОРТ | 55 | 55 | 4,2 | 0,3 | 27,6 | 130,3 |
| 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 |
|  | **27,5** | **25,6** | **74,0** | **634,4** |
| **Полдник** |
| ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ"ПЛЮШКА" | 50 | 3,8 | 2,0 | 24,9 | 132,0 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 3,1 | 0,4 | 20,4 | 97,2 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
|  САХАР ПЕСОК | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 3,8 | 15,1 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,4 | 1,4 | 0 | 1,2 | 0 | 10,2 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,06 шт. | 2,42 | 0,3 | 0,3 | 0 | 3,7 |
|  БЕЛОК МОЛОЧНЫЙ ПИЩЕВОЙ | 13,27 | 13,27 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
|  ВАНИЛИН | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,35 | 0,35 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 11,8 | 11,8 | 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 |
|  | **6,6** | **4,2** | **40,3** | **225,3** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **43,0** | **36,9** | **211,0** | **1 351,9** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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-РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ | 200 | 6,8 | 9,6 | 10,3 | 154,8 |
|  КАРТОФЕЛЬ | 85,71 | 60 | 1,2 | 0,2 | 9,5 | 44,8 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
|  ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 12 | 12 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,6 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 30,5 | 5,4 | 5,4 | 0 | 70,4 |
| ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ | 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 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 |
| ХЛЕБ | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |
|  ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ | 55 | 55 | 4,7 | 0,5 | 54,1 | 239,5 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
|  | **25,0** | **17,0** | **91,5** | **620,3** |
| **Полдник** |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 |
|  | **6,7** | **4,0** | **50,5** | **265,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **40,8** | **29,6** | **232,1** | **1 356,6** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША РИСОВАЯ | 155 | 3,7 | 5,5 | 26,1 | 169,1 |
|  КРУПА РИСОВАЯ | 33,33 | 33 | 2,2 | 0,3 | 23,7 | 106,6 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | 2,3 | 26,2 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 70 | 70 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | 7 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 |
|  | **7,7** | **7,1** | **66,8** | **360,1** |
| **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-УХА ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ | 250 | 9,0 | 3,4 | 16,5 | 132,9 |
|  РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫАТЛАНТИЧ. | 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 НЕСОЛЕНОЕ | 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 |
| САЛАТ ИЗ ЛУКА | 100 | 1,2 | 10,1 | 2,9 | 108,0 |
|  ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ | 114 | 91 | 1,2 | 0,1 | 2,9 | 18,2 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 10 | 10 | 0 | 10 | 0 | 89,9 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 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 |
| 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** | **27,8** | **85,4** | **719,1** |
| **Полдник** |
| ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ СЯБЛОКАМИ" | 100 | 1,0 | 3,1 | 30,3 | 151,2 |
|  ЯБЛОКИ | 62,05 | 54,6 | 0,2 | 0,2 | 5,2 | 24,9 |
|  САХАР ПЕСОК | 3,3 | 3,3 | 0 | 0 | 3,2 | 12,8 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 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 |
|  | **1,2** | **3,2** | **45,3** | **211,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **40,8** | **38,1** | **220,7** | **1 383,3** |

.