|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** |
| 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 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 |
| ПРЯНИК | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
|  ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| 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 | 57,1 | 57,1 | 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 |
|  | **8,0** | **8,4** | **72,9** | **398,3** |
| **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** |
| СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ | 250 | 7,3 | 9,7 | 10,9 | 160,1 |
|  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 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 30,5 | 5,4 | 5,4 | 0 | 70,4 |
| 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 | 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 |
|  | **16,5** | **19,3** | **78,7** | **553,3** |
| **Полдник** |
| БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 40 | 2,7 | 6,2 | 33,0 | 196,3 |
|  ДЖЕМ | 20,2 | 20 | 0,1 | 0 | 14,2 | 55,1 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5%ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 1,4 | 1,7 | 11,1 | 65,6 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 185/15 | 1,5 | 0,5 | 16,9 | 77,5 |
|  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 |
|  МОЛОКО 1% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 0,5 | 2,3 | 19,4 |
|  | **4,2** | **6,7** | **49,9** | **273,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **29,3** | **34,5** | **233,2** | **1 356,4** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 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 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 | 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 | 57,1 | 57,1 | 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 |
|  | **8,9** | **7,7** | **76,6** | **409,3** |
| **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 |
| 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 |
| САЛАТ ОВОЩНОЙ | 40 | 0,6 | 2,0 | 3,5 | 34,5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 39,45 | 31,56 | 0,6 | 0 | 1,5 | 8,5 |
|  ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ | 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| 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 |
|  | **29,4** | **19,4** | **73,3** | **584,4** |
| **Полдник** |
| ВАФЛИ | 30 | 0,8 | 1,0 | 23,2 | 106,2 |
|  ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 30 | 30 | 0,8 | 1 | 23,2 | 106,2 |
| МОЛОКО 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 |
|  | **6,9** | **6,3** | **33,3** | **219,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **45,8** | **33,5** | **214,9** | **1 343,9** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ | 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 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 | 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 | 57,1 | 57,1 | 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** |
| 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 | 200 | 8,8 | 10,9 | 16,5 | 198,9 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 185 | 185 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КРУПА РИСОВАЯ | 8,08 | 8 | 0,6 | 0,1 | 5,7 | 25,8 |
|  СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | 16 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
|  КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 16 | 15,84 | 1,9 | 0,5 | 8,7 | 47,3 |
| ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ | 155 | 11,4 | 10,7 | 34,4 | 281,2 |
|  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 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 40 | 40 | 1,2 | 1 | 1,8 | 21,0 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,15 шт. | 6,04 | 0,8 | 0,7 | 0 | 9,2 |
|  ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 30 | 30 | 5,4 | 2,7 | 0,9 | 50,7 |
|  САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3 | 3 | 0,4 | 0 | 1,7 | 8,7 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 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 |
|  | **24,0** | **22,2** | **89,2** | **652,3** |
| **Полдник** |
| РУЛЕТ С МАКОМ | 100 | 8,4 | 5,7 | 62,3 | 333,8 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 47,5 | 47,5 | 4,9 | 0,6 | 32,2 | 153,9 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,1 |
|  САХАР ПЕСОК | 7,5 | 7,5 | 0 | 0 | 7,3 | 29,0 |
|  МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0,1 | 36,1 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
|  СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ДРОЖЖИ | 4 | 4 | 0,5 | 0,1 | 0,1 | 3,0 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 1 СОРТ | 20 | 20 | 2,2 | 0,3 | 13,7 | 66,6 |
|  САХАР ПЕСОК | 7,5 | 7,5 | 0 | 0 | 7,3 | 29,0 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
|  МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 1 СОРТ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАКАО НА МОЛОКЕ | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 |
|  КАКАО-ПОРОШОК | 4 | 4 | 1 | 0,6 | 0,4 | 11,3 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,4 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  САХАР ПЕСОК | 20 | 20 | 0 | 0 | 19,4 | 77,4 |
|  | **11,3** | **8,2** | **87,1** | **467,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **46,1** | **40,0** | **275,6** | **1 645,9** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 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 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 |
|  | **10,4** | **8,0** | **71,7** | **398,0** |
| **II Завтрак** |
| КИСЕЛЬ | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 |
|  КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 24 | 24 | 0 | 0 | 18,5 | 74,1 |
|  САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
|  ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **0,1** | **0,1** | **27,9** | **113,0** |
| **Обед** |
| ЩИ С КУРИЦЕЙ | 250 | 8,1 | 10,6 | 8,5 | 162,8 |
|  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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ | 130 | 17,8 | 12,4 | 22,1 | 276,2 |
|  ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 92 | 92 | 16,1 | 8,1 | 2,7 | 150,8 |
|  КРУПА МАННАЯ | 6 | 6 | 0,6 | 0,1 | 4,1 | 19,1 |
|  САХАР ПЕСОК | 8 | 8 | 0 | 0 | 7,8 | 30,9 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
|  СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 4 | 4 | 0,5 | 0 | 2,4 | 11,6 |
|  СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 4 | 4 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 8,0 |
|  ЯБЛОКИ | 7,7 | 6,8 | 0 | 0 | 0,7 | 3,1 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  САХАР ПЕСОК | 3,8 | 3,8 | 0 | 0 | 3,7 | 14,7 |
|  КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0,7 | 2,7 |
|  ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 | 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 |
|  | **28,5** | **23,4** | **63,0** | **581,2** |
| **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 |
| 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 |
|  | **2,5** | **3,0** | **37,3** | **185,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **41,5** | **34,5** | **199,9** | **1 277,3** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** |
| 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 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 | 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 | 57,1 | 57,1 | 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 |
|  | **9,7** | **7,2** | **74,2** | **396,6** |
| **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 РИСОВЫЙ С КУРИЦЕЙ | 250 | 15,1 | 15,0 | 12,0 | 242,9 |
|  КРУПА РИСОВАЯ | 15 | 15 | 1,1 | 0,2 | 10,8 | 48,5 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
|  ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 250 | 250 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ГОВЯДИНА Б/К | 44,44 | 40 | 7,4 | 6,4 | 0 | 87,2 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| 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 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 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,2 | 5,2 | 21,4 | 145,7 |
|  КАРТОФЕЛЬ | 183,21 | 128,25 | 2,5 | 0,5 | 20,3 | 95,8 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 22,5 | 22,5 | 0,7 | 0,6 | 1,1 | 11,8 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5,25 | 5,25 | 0 | 4,2 | 0 | 38,1 |
| 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 |
|  | **28,7** | **30,2** | **60,9** | **627,9** |
| **Полдник** |
| 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 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 | 21,2 | 82,6 |
|  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 |
|  | **6,7** | **3,7** | **76,5** | **360,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **45,7** | **41,2** | **243,3** | **1 516,1** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** |
| ГРЕНКИ | 20 | 2,0 | 2,5 | 12,5 | 79,9 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| 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 |
|  | **4,9** | **5,0** | **37,3** | **213,9** |
| **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 ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ | 250 | 9,2 | 9,3 | 20,2 | 201,1 |
|  КАРТОФЕЛЬ | 100 | 75 | 1,5 | 0,3 | 11,8 | 56,1 |
|  МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 10 | 10 | 1,1 | 0,1 | 6,9 | 32,8 |
|  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 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| КАША ГОРОХОВАЯ С МАСЛОМ | 160 | 52,6 | 11,3 | 160,9 | 954,9 |
|  КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 151,52 | 150 | 18,9 | 5 | 85,7 | 462,0 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
|  САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
|  ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 151,52 | 150,76 | 33,7 | 2,3 | 70,3 | 437,3 |
| 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 |
|  | **65,6** | **21,2** | **219,4** | **1 328,2** |

|  |
| --- |
| **Полдник** |
| БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 40 | 2,9 | 9,9 | 20,4 | 182,9 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,2 | 0,9 | 14,9 | 76,2 |
|  МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5%ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,7 | 0,9 | 5,4 | 31,8 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
|  ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | **3,1** | **10,0** | **35,4** | **242,9** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **74,2** | **36,3** | **323,8** | **1 916,0** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 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** |
| 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** |
| БОРЩ С КУРИЦЕЙ | 250 | 7,9 | 10,5 | 9,7 | 165,8 |
|  СВЕКЛА | 50 | 40 | 0,6 | 0 | 3,4 | 16,3 |
|  КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 38 | 30 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |
|  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 НЕСОЛЕНОЕ | 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 ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| КУРИЦА ТУШЕНАЯ | 120 | 28,4 | 29,9 | 3,0 | 399,6 |
|  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 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 218,06 | 157 | 27,7 | 28 | 0 | 362,5 |
| 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 | 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 |
|  | **44,8** | **46,2** | **72,1** | **887,4** |
| **Полдник** |
| ПРЯНИКИ | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
|  ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| 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 |
|  | **7,9** | **6,7** | **32,6** | **222,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **62,3** | **61,5** | **198,6** | **1 599,5** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 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 С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ | 200 | 9,9 | 10,9 | 20,1 | 218,4 |
|  МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 18,5 | 18,5 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,9 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 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 | 57,14 | 40 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,9 |
|  МОРКОВЬ | 10,32 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ | 100 | 8,4 | 14,5 | 15,8 | 228,1 |
|  КАРТОФЕЛЬ | 113,33 | 85 | 1,6 | 0,3 | 13,5 | 63,5 |
|  МОРКОВЬ | 13 | 10 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,4 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 19 | 16 | 0,2 | 0 | 1,3 | 6,4 |
|  ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 8 | 8 | 0 | 7,8 | 0 | 69,7 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 30 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| 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 |
|  | **22,1** | **26,0** | **74,2** | **618,7** |
| **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 |
| 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 |
|  | **2,5** | **1,0** | **30,7** | **140,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **33,4** | **34,0** | **199,9** | **1 235,6** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 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 | 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 | 57,1 | 57,1 | 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 |
|  | **7,9** | **6,5** | **65,8** | **351,6** |
| **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** |
| РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ | 250 | 8,1 | 11,6 | 12,9 | 188,6 |
|  КАРТОФЕЛЬ | 107,14 | 75 | 1,5 | 0,3 | 11,8 | 56,1 |
|  ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,9 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
|  ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 15 | 15 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,9 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
|  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 ТВОРОЖНАЯ | 65 | 8,9 | 6,2 | 11,1 | 138,3 |
|  ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 46 | 46 | 8,1 | 4 | 1,4 | 75,4 |
|  КРУПА МАННАЯ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,6 |
|  САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
|  ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
|  СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2 | 2 | 0,3 | 0 | 1,2 | 5,8 |
|  СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 2 | 2 | 0,1 | 0,3 | 0,1 | 4,0 |
|  ЯБЛОКИ | 3,8 | 3,4 | 0 | 0 | 0,3 | 1,6 |
|  САХАР ПЕСОК | 1,9 | 1,9 | 0 | 0 | 1,8 | 7,4 |
|  КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0,4 | 1,6 |
|  ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 12 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 |
|  | **18,9** | **18,1** | **49,6** | **437,9** |
| **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 МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,2 | 14,0 | 86,6 |
|  ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,3 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,7 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **3,4** | **3,2** | **37,2** | **192,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **30,3** | **27,9** | **180,5** | **1 095,3** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 МАННАЯ ЖИДКАЯ | 155 | 4,6 | 6,2 | 20,7 | 157,0 |
|  КРУПА МАННАЯ | 23 | 23 | 2,3 | 0,2 | 15,7 | 73,4 |
|  ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76 | 76 | 2,1 | 1,8 | 3,5 | 39,8 |
|  СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 30 | 1,2 | 0,5 | 16,0 | 71,9 |
|  ДЖЕМ | 11 | 11 | 0,1 | 0 | 8 | 31,2 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. 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 | 57,1 | 57,1 | 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 |
|  | **6,0** | **6,8** | **52,9** | **293,7** |
| **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 | 6,4 | 10,3 | 1,0 | 121,9 |
|  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 РАФИНИРОВАНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 50 | 36 | 6,4 | 6,4 | 0 | 83,1 |
| КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ | 50 | 9,3 | 7,1 | 8,5 | 135,0 |
|  КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 51,39 | 37 | 6,5 | 6,6 | 0 | 85,5 |
|  БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9 | 9 | 0,7 | 0,3 | 4,5 | 22,9 |
|  МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 13 | 13 | 0,4 | 0,3 | 0,6 | 6,8 |
|  МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
|  СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 5 | 5 | 0,7 | 0 | 3 | 14,5 |
|  МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 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 | 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 |
|  | **23,3** | **22,5** | **71,8** | **580,1** |
| **Полдник** |
| 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 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 | 21,2 | 82,6 |
|  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 |
|  | **6,7** | **3,7** | **76,5** | **360,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **36,6** | **33,1** | **232,9** | **1 365,4** |

.