|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | | | 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 | | |
| 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 | | |
|  | | | | | | **4,5** | **5,3** | | **39,3** | **219,9** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | | | 200 | | | 0,7 | 0,3 | | 32,6 | 148,0 | | |
| 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 | | |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | | | 20 | 20 | | 0,7 | 0,3 | | 9,4 | 55,1 | | |
|  | | | | | | **0,7** | **0,3** | | **32,6** | **148,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | 250 | | | 10,8 | 10,2 | | 18,8 | 211,0 | | |
| 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 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,2 | 3,6 | | 0 | 49,1 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 21,6 | | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ | | | 100 | | | 6,3 | 11,7 | | 15,8 | 194,0 | | |
| 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 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,2 | 3,6 | | 0 | 49,1 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 25 | | 0,2 |  | 0,4 | 3,3 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 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 |
|  | | | **21,1** | **22,5** | **73,3** | **580,5** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БАТОН С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 40 | | 2,7 | 6,1 | 32,9 | 194,8 |
| ДЖЕМ | 20,2 | 20 | 0,1 | 0 | 14,6 | 56,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,5 | 38,1 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 1,4 | 1,6 | 10,8 | 63,6 |
| 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 |
|  | | | **2,9** | **6,2** | **47,9** | **254,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **29,2** | **34,3** | **193,1** | **1 203,2** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | | | 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.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 | | |
|  | | | | | | **9,0** | **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** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | 250 | | | 16,3 | 14,7 | | 21,2 | 282,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 15 | 15 | | 1,1 | 0,2 | | 11,1 | 50,0 | | |
| 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 | | | 44 | 31,68 | | 5,6 | 5,6 | | 0 | 73,1 | | |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | | | 15 | 14,85 | | 1,8 | 0,5 | | 8,2 | 44,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12 | 9,6 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ | | | 60/30 | | | 12,7 | 19,0 | | 10,5 | 262,9 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 42,22 | 38 | | 7,1 | 6,1 | | 0 | 82,8 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 8 | 8 | | 0,6 | 0,2 | | 4 | 20,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 12 | 12 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 24 | 20 | | 0,3 | 0 | | 1,6 | 8,0 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4 | 4 | 0,4 | 0,1 | 2,7 | 13,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 27 | 27 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,2 | 1,2 | 0 | 1,2 | 0 | 10,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,2 | 1,2 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,9 |
| МОРКОВЬ | 2,4 | 1,8 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 0,7 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3 | 3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,6 | 0 | 5,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0,6 | 2,3 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 30 | 21,6 | 3,8 | 3,9 | 0 | 49,9 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 20,62 | 20 | 4,6 | 5,9 | 0 | 72,8 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **41,2** | **44,7** | **94,0** | **940,9** |
| **Полдник** | | | | | | |
| 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 |
| ОМЛЕТ | 65 | | 6,2 | 11,9 | 1,1 | 136,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1,14 шт. | 45,89 | 5,6 | 5,1 | 0,3 | 69,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КАКАО НА МОЛОКЕ | 180 | | 3,6 | 3,0 | 15,0 | 101,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2 | 2 | 0,5 | 0,3 | 0,2 | 5,6 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | 5,1 | 57,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 80 | 80 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **13,6** | **16,4** | **41,8** | **369,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **64,4** | **69,7** | **229,7** | **1 799,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** | | | | | | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | | | 200 | | | 6,1 | 5,3 | | 25,3 | 173,7 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 140 | 140 | | 4 | 3,4 | | 6,5 | 73,3 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 60 | 60 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 12,12 | 12 | | 0,8 | 0,1 | | 8,9 | 40,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 1,6 | 1,6 | | 0 | 0 | | 1,6 | 6,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 2 | 2 | | 0 | 1,6 | | 0 | 14,6 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 12,12 | 12,12 | | 1,3 | 0,2 | | 8,2 | 39,8 | | |
| 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 | | |
|  | | | | | | **10,1** | **6,9** | | **66,0** | **364,7** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | | | 200 | | | 0,3 | 0,1 | | 27,9 | 120,4 | | |
| 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 | | |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | | | 10 | 10 | | 0,3 | 0,1 | | 4,7 | 27,5 | | |
|  | | | | | | **0,3** | **0,1** | | **27,9** | **120,4** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| РАССОЛЬНИК НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | 250 | | | 8,0 | 16,3 | | 14,6 | 237,8 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 100 | 75 | | 1,5 | 0,3 | | 11,8 | 56,1 | | |
| 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 | | | 190 | 190 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 40 | 30 | | 5,4 | 4,7 | | 0 | 63,4 | | |
| СМЕТАНА 25% ЖИРНОСТИ | | | 30 | 30 | | 0,7 | 7,3 | | 1 | 72,8 | | |
| ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 150 | | | 17,2 | 17,1 | | 25,2 | 324,0 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 87,78 | 79 | | 14,3 | 12,2 | | 0 | 167,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 34 | 34 | | 2,3 | 0,3 | | 24,4 | 109,8 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4,9 | | 0 | 43,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 7 | 6 | | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | 10 | 8 | | 0,1 | 0 | | 0,6 | 2,7 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 3,2 | 3,2 | | 0,2 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **29,0** | **34,0** | **78,1** | **734,0** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БЛИНЫ С МАСЛОМ, САХАРОМ | 55 | | 2,7 | 4,7 | 15,4 | 114,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 20,8 | 20,8 | 2,1 | 0,3 | 14,1 | 67,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52 | 52 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| САХАР ПЕСОК | 1,3 | 1,3 | 0 | 0 | 1,3 | 5,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 |
|  | | | **2,9** | **4,8** | **30,4** | **174,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **42,3** | **45,8** | **202,4** | **1 393,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 "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 НЕСОЛЕНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 3 | 3 | | 0 | 0 | | 2,9 | 11,6 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,25 | 0,25 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 185/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 15,0 | 60,0 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 54 | 54 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 135 | 135 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 15 | 15 | | 0 | 0 | | 14,6 | 58,1 | | |
|  | | | | | | **7,1** | **6,6** | | **54,1** | **303,0** | | |
| **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** | | | | | | | | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | 250 | | | 6,7 | 6,4 | | 20,2 | 165,0 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 150,67 | 113 | | 2,2 | 0,5 | | 17,8 | 84,4 | | |
| 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 | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,1 | 3,5 | | 0 | 47,6 | | |
| СВЕКЛА | | | 12 | 9,6 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 3,9 | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ 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 | | 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 |
|  | | | **23,8** | **13,8** | **70,6** | **503,2** |
| **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:** | | | **37,9** | **26,8** | **185,9** | **1 138,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | | | 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.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 | | |
|  | | | | | | **8,2** | **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 ГОРОХОВЫЙ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ | | | 250 | | | 9,9 | 6,6 | | 26,3 | 204,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 150,67 | 113 | | 2,2 | 0,5 | | 17,8 | 84,4 | | |
| 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 | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | 15 | 14,93 | | 3,3 | 0,2 | | 7 | 43,3 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,1 | 3,5 | | 0 | 47,6 | | |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 50/50 | | | 15,7 | 15,9 | | 3,1 | 218,0 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 87,78 | 79 | | 14,3 | 12,2 | | 0 | 167,0 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ 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 |
| 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 |
|  | | | **34,1** | **28,3** | **88,8** | **744,4** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ 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 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 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | | 2,8 | 2,2 | 15,4 | 93,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,5 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **9,3** | **5,8** | **76,9** | **393,9** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **52,2** | **41,1** | **260,7** | **1 615,1** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | | | 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 | | |
| 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 | | |
|  | | | | | | **7,5** | **9,9** | | **58,8** | **352,4** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИК | | | 200 | | | 0,7 | 0,3 | | 32,6 | 148,0 | | |
| 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 | | |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | | | 20 | 20 | | 0,7 | 0,3 | | 9,4 | 55,1 | | |
|  | | | | | | **0,7** | **0,3** | | **32,6** | **148,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| ЩИ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ | | | 250 | | | 5,9 | 7,6 | | 6,9 | 120,8 | | |
| 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 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,1 | 3,5 | | 0 | 47,6 | | |
| 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 |
|  | | | **15,1** | **17,2** | **74,7** | **514,0** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БАТОН С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ | 25 | | 2,1 | 9,8 | 9,1 | 133,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,5 | 38,1 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 1 | 1,2 | 1,5 | 20,1 |
| 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 |
|  | | | **2,3** | **9,9** | **24,1** | **193,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **25,6** | **37,3** | **190,2** | **1 207,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** | | | | | | | | | | | | |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 20,62 | 20 | | 4,6 | 5,9 | | 0 | 72,8 | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | | 40 | | | 0,5 | 2,1 | | 2,9 | 32,7 | | |
| КАБАЧКИ | | | 60,16 | 45,12 | | 0,3 | 0,1 | | 2 | 10,5 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 5,71 | 4,8 | | 0,1 | 0 | | 0,4 | 1,9 | | |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | | | 4,4 | 4,4 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,8 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2 | 2 | | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 185/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 15,0 | 60,0 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 54 | 54 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 135 | 135 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 15 | 15 | | 0 | 0 | | 14,6 | 58,1 | | |
|  | | | | | | **12,9** | **14,1** | | **67,6** | **447,5** | | |
| **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** | | | | | | | | | | | | |
| РАССОЛЬНИК НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ | | | 250 | | | 5,9 | 7,8 | | 13,6 | 149,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 100 | 75 | | 1,5 | 0,3 | | 11,8 | 56,1 | | |
| 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 | | | 190 | 190 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,1 | 3,5 | | 0 | 47,6 | | |
| КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 50 | | | 25,4 | 27,8 | |  | 351,2 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 95,83 | 69 | | 12,6 | 12,7 | | 0 | 164,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 95 | 71,25 | | 12,9 | 11,1 | | 0 | 150,6 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
|  | | | **39,8** | **41,4** | **73,0** | **822,4** |
| **Полдник** | | | | | | |
| 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 |
| 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 |
|  | | | **3,9** | **1,6** | **53,6** | **244,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **57,2** | **57,2** | **225,9** | **1 644,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 МОЛОЧНАЯ | | | 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.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 | | |
|  | | | | | | **8,2** | **6,9** | | **63,3** | **345,8** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | | | 150 | | | 1,2 | 0,5 | | 29,0 | 148,4 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 37,5 | 37,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 12 | 12 | | 0 | 0 | | 11,6 | 46,5 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,15 | 0,15 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 152,25 | 152,25 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | | | 37 | 37 | | 1,3 | 0,5 | | 17,4 | 101,9 | | |
|  | | | | | | **1,2** | **0,5** | | **29,0** | **148,4** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП С КЛЕЦКАМИ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | 200 | | | 16,0 | 17,4 | | 20,4 | 302,3 | | |
| 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 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 90 | 67,5 | | 12,2 | 10,5 | | 0 | 142,8 | | |
| СМЕТАНА 25% ЖИРНОСТИ | | | 10 | 10 | | 0,2 | 2,4 | | 0,3 | 24,3 | | |
| ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 150 | | | 17,2 | 17,1 | | 25,2 | 324,0 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 87,78 | 79 | | 14,3 | 12,2 | | 0 | 167,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КРУПА РИСОВАЯ | 34 | 34 | 2,3 | 0,3 | 24,4 | 109,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3,2 | 3,2 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **37,0** | **35,1** | **83,9** | **798,5** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПЛЮШКА" | 100 | | 6,6 | 12,4 | 55,8 | 360,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 64,17 | 64,17 | 6,7 | 0,8 | 43,6 | 207,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,38 | 3,38 | 0,4 | 0 | 2,3 | 11,0 |
| САХАР ПЕСОК | 11 | 11 | 0 | 0 | 10,7 | 42,6 |
| САХАР ПЕСОК | 3,2 | 3,2 | 0 | 0 | 3,1 | 12,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 14,85 | 14,85 | 0,1 | 11,9 | 0,1 | 107,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ | 1,7 | 1,7 | 0,2 | 0 | 0 | 1,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 28,5 | 28,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 8,7 |
| 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 |
|  | | | **9,5** | **14,9** | **80,6** | **494,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **55,9** | **57,4** | **256,8** | **1 786,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | | | 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.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 | | |
|  | | | | | | **7,7** | **7,1** | | **66,8** | **360,1** | | |
| **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 ПОЛЕВОЙ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | 250/25 | | | 11,6 | 5,2 | | 17,7 | 164,0 | | |
| 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 | | 7,2 | 6,2 | | 0 | 84,6 | | |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | | | 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 |
|  | | | **33,9** | **19,3** | **67,6** | **578,2** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ПРЯНИКИ | 100 | | 5,1 | 1,5 | 57,0 | 261,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 34,55 | 34,55 | 3,6 | 0,4 | 23,5 | 111,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,7 | 2,7 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,2 шт. | 8,05 | 1 | 0,9 | 0,1 | 12,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| МЕД ПЧЕЛИНЫЙ | 1,11 | 1,11 | 0 | 0 | 0,9 | 3,5 |
| САХАР ПЕСОК | 31,79 | 31,79 | 0 | 0 | 30,7 | 123,0 |
| НАТРИЙ ДВУУГЛЕКИСЛЫЙ | 0,27 | 0,27 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 |
|  | | | **11,2** | **6,8** | **67,1** | **374,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **52,9** | **33,3** | **229,4** | **1 425,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 МОЛОЧНАЯ | | | 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.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** | | | | | | | | | | | | |
| 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 НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ | | | 200 | | | 6,9 | 7,7 | | 15,4 | 157,9 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 185 | 185 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 8,08 | 8 | | 0,6 | 0,1 | | 5,9 | 26,6 | | |
| 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 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 22,5 | | 4,1 | 3,5 | | 0 | 47,6 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 30 | 24 | | 0,5 | 0,1 | | 3,8 | 17,9 | | |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | 8 | 7,96 | | 1,7 | 0,1 | | 3,7 | 23,1 | | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 60/30 | | | 8,9 | 10,4 | | 6,6 | 156,0 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 42,22 | 38 | | 6,9 | 5,9 | | 0 | 80,3 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 8 | 8 | | 0,6 | 0,2 | | 4 | 20,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 12 | 12 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 24 | 20 | | 0,3 | 0 | | 1,6 | 8,0 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 4 | 4 | | 0,4 | 0,1 | | 2,7 | 13,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 27 | 27 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,2 | 1,2 | 0 | 1,2 | 0 | 10,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,2 | 1,2 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,9 |
| МОРКОВЬ | 2,4 | 1,8 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 0,7 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3 | 3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,6 | 0 | 5,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0,6 | 2,3 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150 | | 8,3 | 10,2 | 24,0 | 221,7 |
| 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 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 20,62 | 20 | 4,5 | 5,7 | 0 | 70,6 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **27,9** | **28,9** | **84,3** | **707,8** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ХЛЕБО-БУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РОМАШКА" | 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 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 8 | 8 | 0,8 | 0 | 4,2 | 19,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 172 | 172 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 20 | 20 | 0 | 0 | 19,4 | 77,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | 2,3 | 26,2 |
|  | | | **8,0** | **4,9** | **83,9** | **407,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **44,8** | **40,7** | **264,9** | **1 597,3** |

.