

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	155		5,60	6,40	24,80	179,00
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,35	0,38	19,76	95,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			5,80	6,50	39,80	239,00
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,66	0,27	32,60	147,99
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
			0,66	0,27	32,60	147,99
Обед						
БОРЩ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250		9,92	12,16	14,96	211,64
ГОВЯДИНА Б/К	44,72	40,25	7,27	6,25	0,00	85,12
СВЕКЛА	50	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,25	25	0,44	0,03	1,14	6,79
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,53	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	20,31	16,25	0,20	0,02	1,09	5,52
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,75	3,75	0,14	0,00	0,43	2,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,81	2,25	0,08	0,01	0,16	1,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,75	0,18	10,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕ	75		5,46	9,05	29,62	221,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,1	40,1	4,20	0,50	27,19	129,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,24	0,22	0,01	3,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,1	40,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,15	0,02	0,03	0,90
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0,00	0,00	1,36	5,42

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,75	3,75	0,00	3,64	0,00	32,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,69	4,69	0,02	3,75	0,04	34,03
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			17,87	22,19	75,28	573,40
Полдник						
БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	40		2,93	9,91	20,42	182,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,18	0,84	14,96	76,24
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,70	0,82	5,38	31,82
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			3,13	10,01	35,42	242,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,46	38,97	183,10	1 203,25

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	155		6,20	7,90	25,70	199,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33	3,94	1,99	19,78	112,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	74	74	2,09	1,79	3,44	38,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			10,15	9,45	66,40	390,00
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,06	0,06	24,70	99,94
ЯБЛОКИ	15	15	0,06	0,06	1,47	7,05
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	233	233	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,06	0,06	24,70	99,94
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250/25		11,60	5,20	17,70	164,00
ПШЕНО	25	25	2,79	0,66	17,07	85,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	44,44	40	7,22	6,21	0,00	84,58
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	125/5		2,90	7,50	27,30	189,00
КРУПА РИСОВАЯ	29	29	1,97	0,28	20,82	93,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,39	0,00	1,79	8,69
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,08	0,44	0,11	5,99

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			16,99	13,68	75,70	493,05
Полдник						
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,85	1,55	53,60	244,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,05	24,74	220,40	1 226,99

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	155		3,68	5,54	26,06	169,06
КРУПА РИСОВАЯ	33,33	33	2,24	0,32	23,69	106,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			7,63	7,09	66,76	360,06
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,66	0,27	32,60	147,99
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
			0,66	0,27	32,60	147,99
Обед						
ЩИ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		7,51	11,24	7,20	160,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	88	70	1,22	0,07	3,19	19,01
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0,04	0,00	0,15	0,80
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	30	5,41	4,66	0,00	63,44
СМЕТАНА 25% ЖИРНОСТИ	10	10	0,23	2,43	0,31	24,25
РЫБА ЖАРЕНАЯ	50		11,80	10,60	2,20	151,00
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	71	60	11,93	3,78	0,00	81,48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155		3,76	4,46	23,98	151,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,73	0,45	23,94	114,75

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			25,56	27,28	64,08	602,96
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РУЛЕТ С МАКОМ"	100		6,60	12,40	55,80	360,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,72	0,81	43,50	207,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,36	0,04	2,29	10,95
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0,00	0,00	3,09	12,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,07	11,88	0,12	107,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,7	1,7	0,21	0,03	0,04	1,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		2,83	2,18	15,43	93,29
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,43	14,58	71,23	453,29
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,28	49,22	234,67	1 564,30

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	155		4,22	5,28	22,60	154,80
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	33,33	33	3,20	0,42	20,93	100,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	0,99	0,85	1,63	18,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85	85	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			8,17	6,83	63,30	345,80
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,10	0,10	27,90	113,00
Обед						
РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		14,13	13,44	13,14	232,42
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,13	2,5	0,09	0,01	0,18	1,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,98	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ГОВЯДИНА Б/К	74,44	67	12,09	10,40	0,00	141,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,05	3,4	0,05	0,01	0,27	1,35
МОРКОВЬ	4,25	3,4	0,04	0,00	0,22	1,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	75		13,30	6,80	12,10	166,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	71	70	12,22	6,11	2,04	114,75

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,50	0,05	3,42	15,96
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,39	0,00	1,79	8,69
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,08	0,44	0,11	5,99
ХЛЕБ	20		1,78	3,96	12,05	91,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,1	24,1	1,76	0,68	12,02	61,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,1	4,1	0,02	3,28	0,03	29,75
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			29,41	24,30	52,29	549,42
Полдник						
ВАФЛИ	30		0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	200		6,10	5,30	10,10	113,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,91	5,09	9,78	110,00
			6,94	6,29	33,29	219,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,62	37,52	176,78	1 227,42

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	205		5,71	5,56	32,31	200,79
КРУПА МАННАЯ	44	44	4,39	0,43	30,13	140,42
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46	46	1,29	1,12	2,14	24,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			9,66	7,11	73,01	391,79
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	31,70	131,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,60	0,10	31,70	131,00
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250		8,44	6,87	18,75	170,74
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,71	2,33	0,00	31,72
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	100		3,90	7,80	14,30	143,00
КАРТОФЕЛЬ	113,33	85	1,65	0,33	13,44	63,49
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	16	0,21	0,03	1,27	6,36
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			14,83	15,65	63,75	453,79
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ"	100		6,49	3,56	61,49	300,62
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	54,6	54,6	5,72	0,69	37,02	176,89
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,19	0,03	0,03	1,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23	23	0,00	0,00	0,00	0,00
ДЖЕМ	30	30	0,17	0,03	21,21	82,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,05	0,05	0,00	0,61
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			6,69	3,66	76,49	360,62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,78	26,52	244,95	1 337,20

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	205		6,57	7,78	28,55	210,60
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	44	44	5,25	2,65	26,37	150,23
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46	46	1,29	1,12	2,14	24,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ПЕЧЕНЬЕ	30		3,00	3,92	29,76	166,80
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			9,77	11,80	73,31	437,40
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,66	0,27	32,60	147,99
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
			0,66	0,27	32,60	147,99
Обед						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250		5,50	5,12	18,84	143,81
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,39	0,16	8,89	42,62
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	213	213	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,71	2,33	0,00	31,72
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С ПАССИРОВАННЫМИ ОВОЩАМИ	100		3,23	0,22	7,51	44,86
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	153,85	100	3,01	0,19	6,31	38,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			11,22	6,32	57,05	328,72
Полдник						
БУТЕРБРОДЫ С ВАРЕННОЙ СГУЩЕННОЙ	40		2,93	9,91	20,42	182,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,18	0,84	14,96	76,24
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,70	0,82	5,38	31,82
ЧАЙ С САХАРОМ	150		2,57	2,18	11,05	74,72
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,50	12,09	31,47	257,58
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,15	30,48	194,43	1 171,69

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	155		6,40	7,10	30,50	212,00
ПШЕНО	38	38	4,24	1,00	25,95	129,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	72	72	2,03	1,75	3,36	37,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			10,35	8,65	71,20	403,00
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	31,70	131,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,60	0,10	31,70	131,00
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА КОСТНОМЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250		9,91	8,04	19,43	189,86
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,06	3,49	0,00	47,58
СВЕКЛА	10	8	0,12	0,01	0,68	3,26
МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50		15,50	16,50	2,80	220,00
ГОВЯДИНА Б/К	92,22	83	14,98	12,88	0,00	175,51
МОРКОВЬ	3,75	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,15	0,00	0,59	3,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38	38	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,33	1,89	0,45	25,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155		3,76	4,46	23,98	151,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,73	0,45	23,94	114,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			31,66	29,98	76,91	700,94
Полдник						
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,85	1,55	53,60	244,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,46	40,28	233,41	1 478,94

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	155		6,40	6,40	31,00	207,00
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	38	38	4,24	0,48	25,03	121,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	72	72	2,03	1,75	3,36	37,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			10,35	7,95	71,70	398,00
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,31	0,14	27,58	114,04
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ШИПОВНИК	20	20	0,31	0,14	4,35	21,15
			0,31	0,14	27,58	114,04
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		11,23	11,91	21,98	239,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,5	18,5	1,94	0,23	12,54	59,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,19	3,60	0,00	49,05
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	30	18,3	3,23	3,27	0,00	42,24
РЫБА ЖАРЕНАЯ	50		11,80	10,60	2,20	151,00
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	71	60	11,93	3,78	0,00	81,48

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
РИС ОТВАРНОЙ	150		3,70	6,30	32,80	203,00
КРУПА РИСОВАЯ	54	54	3,67	0,52	38,76	174,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0,04	5,61	0,06	50,79
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			29,22	29,79	87,68	733,99
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "РОМАШКА"	50		3,77	6,45	29,88	192,32
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,09	32,09	3,37	0,41	21,76	103,96
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,69	1,69	0,17	0,02	1,14	5,47
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	7,43	7,43	0,02	5,91	0,07	53,54
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,85	0,85	0,11	0,02	0,02	0,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,25	14,25	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО НА МОЛОКЕ	200		2,90	2,50	24,80	134,00
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
			6,67	8,95	54,68	326,32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,55	46,83	241,64	1 572,35

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	155		4,22	5,28	22,60	154,80
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	33,33	33	3,20	0,42	20,93	100,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	0,99	0,85	1,63	18,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85	85	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			8,17	6,83	63,30	345,80
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,10	0,10	27,90	113,00
Обед						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		12,06	10,63	25,88	247,47
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,46	0,29	11,86	56,02
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,10	0,13	7,05	33,80
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,19	3,60	0,00	49,05
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10	9,9	1,21	0,32	5,48	29,58
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,81	3,85	0,00	49,87
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	70		9,69	6,67	19,92	177,79
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	50	50	8,73	4,37	1,46	81,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,63	0,08	4,06	19,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ВАРЕНЬЕ	20	20	0,08	0,06	14,39	55,87
ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			24,24	18,28	76,50	565,31
Полдник						
ПРЯНИКИ	100		5,05	1,52	56,97	261,35
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,55	34,55	3,62	0,44	23,43	111,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,28	0,04	1,83	8,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
МЕД ПЧЕЛИНЫЙ	1,11	1,11	0,01	0,00	0,86	3,53
САХАР ПЕСОК	31,79	31,79	0,00	0,00	30,78	123,03
НАТРИЙ ДВУУГЛЕКИСЛЫЙ	0,27	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	200		6,10	5,30	10,10	113,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,91	5,09	9,78	110,00
			11,15	6,82	67,07	374,35
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,66	32,03	234,77	1 398,46

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	155		4,60	6,20	20,70	157,00
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН	50		3,75	1,45	25,70	131,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			8,55	7,75	61,40	348,00
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	31,70	131,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,60	0,10	31,70	131,00
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250		13,59	9,62	27,94	254,58
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ФАСОЛЬ	20	20	4,07	0,39	9,12	57,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,16	0,01	0,83	4,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,44	0,31	9,28	57,72
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,81	3,85	0,00	49,87
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150		17,90	13,70	27,70	306,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	101,39	73	12,89	13,03	0,00	168,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,38	0,34	25,12	113,05

ХЛЕБ	20		2,29	0,88	15,70	80,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5	2,29	0,88	15,70	80,05
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			33,98	24,30	86,34	700,63
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ "ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ"	60		5,76	2,35	31,70	171,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,5	36,5	3,82	0,46	24,74	118,25
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
САХАР ПЕСОК	3,33	3,33	0,00	0,00	3,22	12,89
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	7,15	7,15	1,29	0,64	0,21	12,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
КАРТОФЕЛЬ	9,33	7	0,14	0,03	1,14	5,39
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,5	1,5	0,18	0,03	0,03	1,13
ТМИН	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,07	0,07	1,67	8,02
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			5,96	2,45	46,70	231,56
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,09	34,60	226,14	1 411,19