



МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,8	7,3	25,1	188,4
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		5,0	20,1
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,2	0,9	14,9	76,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,2	0,9	14,9	76,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
			8,1	11,5	45,0	314,6
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	150		0,2		10,7	121,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	40	40	0,2	0	5,8	102,4
			0,2		10,7	121,8
Обед						
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180		4,8	8,9	12,0	148,2
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	70	70	1,3	0,1	2	15,6
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	20	20	0,3	0	1,4	6,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
МЯСО СВИНИНА Н/К	15	15	2,1	4,9	0	51,7
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60		11,5	23,9	7,5	289,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МЯСО СВИНИНА Н/К	65	65	9,2	20,9	0	224,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	4,9	2,9	22,5	135,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	41	40,59	4,9	1,3	22,5	121,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОУС ТОМАТНЫЙ		30	0,6	2,7	4,4	44,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35	35	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
МОРКОВЬ	3	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2	2	0	0	0,2	0,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ		150	0,3		10,2	43,1
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	4	4	0,2	0	1,9	9,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,7	38,8	73,6	743,1
Полдник						
СОК		125			14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
ПРЯНИКИ		25	1,5	1,2	18,8	91,5
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	25	25	1,5	1,2	18,8	91,5
			1,5	1,2	33,2	149,0
Ужин						
ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ		80/40	8,4	14,0	11,3	206,6
КАРТОФЕЛЬ	75	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	46	5,6	5,1	0,3	70,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,7	1,8	2,7	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		40	1,2	2,0	2,3	32,0
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	53,14	37,2	1,2	0,1	2,3	14,5
САХАР ПЕСОК	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4,6	4,8	14,8	120,4
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			15,7	21,4	38,7	411,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,2	72,9	201,2	1 739,9

МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,9	8,9	21,1	187,0
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,6	4,8	12,8	112,7
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4
			15,1	20,9	49,3	444,6
II Завтрак						
БАНАН	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	100	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КБ	180		5,0	7,5	11,3	133,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	20	3,5	3,6	0	46,2
КАРТОФЕЛЬ	85,71	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 1 СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,3	0,3	0	0,2	0	2,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130		14,7	17,0	16,0	275,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	60	10,6	10,7	0	138,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0

МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
СОУС ТОМАТНЫЙ	30		0,5	2,8	3,6	42,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МОРКОВЬ	3	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			22,8	27,7	53,7	556,0
Полдник						
СОК	125				14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
					14,4	57,5
Ужин						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60		16,3	2,6	7,4	116,8
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	90	90	14	0,5	0	60,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	100		1,6	2,9	8,1	66,1
МОРКОВЬ	120	120	1,6	0,1	8,1	40,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	150		0,1		8,9	36,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
			19,5	6,1	34,7	271,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,9	55,2	173,1	1 425,9



МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150		6,1	8,8	19,8	183,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,7	0,9	9	51,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,6	2,8	9,1	72,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
			11,0	15,8	44,3	363,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180		5,8	10,8	15,5	185,5
СВЕКЛА	38,71	30	0,5	0	2,5	12,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,6
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
мясо свинина б/к	20	20	2,8	6,5	0	69,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/20		18,0	9,6	3,0	194,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	100	100	17,4	3,6	0	123,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		5,9	3,1	37,6	202,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,9	0,7	37,6	180,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				3,9	15,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			32,2	23,9	76,5	677,1
Полдник						
ЙОГУРТ	120		2,4	1,8	3,6	57,6
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	124	120	2,4	1,8	3,6	57,6
			2,4	1,8	3,6	57,6
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120		19,3	14,5	16,6	274,5
ТВОРОГ 9%	100	100	15,5	8,7	2,9	152,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	7,2	7,2	0,7	0,1	4,9	23,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/3 шт.	15,318	1,8	1,7	0,1	23,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	42	42	1,3	1,3	1,9	24,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		1,5	2,2	5,7	47,3
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3	0,2	0,3	1,6	9,5
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		8,0	31,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			22,4	17,3	40,6	406,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,4	59,2	174,8	1 551,6



МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	150		6,6	8,4	24,3	199,4
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,6	4,8	12,8	112,7
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4
			15,8	20,4	52,5	457,0
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН	95		0,9	0,2	7,7	40,9
АПЕЛЬСИН	95	95	0,9	0,2	7,7	40,9
			0,9	0,2	7,7	40,9
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б С КЛЕЦКАМИ	180		8,7	13,9	12,3	210,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/3 шт.	15,32	1,8	1,7	0,1	23,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	10	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	30	5,3	5,3	0	69,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	120		3,4	4,1	13,9	110,3
МОРКОВЬ	30	30	0,4	0	2	10,2
КАРТОФЕЛЬ	55	38,5	0,8	0,2	6,1	28,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15,38	10	0,3	0	0,7	3,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	110	88	1,6	0,1	4	23,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60		12,4	17,2	9,4	240,1
ГОВЯДИНА Б/К	30	30	5,4	4,7	0	63,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
МЯСО СВИНИНА Б/К	30	30	4,3	9,7	0	103,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			27,1	35,6	58,4	665,2
Полдник						
СОК	125				14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
					14,4	57,5
Ужин						
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60		15,9	4,6	5,8	127,5
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	90	90	14	0,5	0	60,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		3,2	5,9	18,4	139,9
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	150		0,1		8,0	32,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			20,7	11,1	42,5	352,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,5	67,3	175,5	1 573,0



МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150		6,6	8,2	23,8	194,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,6	2,8	9,1	72,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
			11,5	15,2	48,3	375,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180		5,1	7,6	15,5	154,7
КАРТОФЕЛЬ	85,71	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6	5,94	0,6	0,1	3,9	18,1
МОРКОВЬ	10	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
ГОВЯДИНА Б/К	15	15	2,7	2,3	0	31,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70/20		14,3	20,5	7,5	269,8
ГОВЯДИНА Б/К	30	30	5,4	4,7	0	63,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
мясо свинина б/к	35	35	4,9	11,3	0	120,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	30	0,4	0,1	2,4	11,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/3 шт.	15,32	1,8	1,7	0,1	23,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,5	5,8	12,3	110,7
КАРТОФЕЛЬ	95	66,5	1,3	0,3	10,5	49,7
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,5	34,3	58,1	640,0
Полдник						
ЙОГУРТ		120	2,4	1,8	3,6	57,6
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	124	120	2,4	1,8	3,6	57,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			4,7	2,7	19,0	136,2
Ужин						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ		75	12,6	9,6	86,8	483,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	94	94	9,9	1,2	63,7	304,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,7	0,6	0,5	0	7,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,9	9,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,7	0,2	0	1,2	5,5
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	12,8	51,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,84	0,2	0,2	0	2,8
ЧАЙ СЛАДКИЙ		150	0,1		6,5	26,3
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			12,7	9,6	93,3	510,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,8	62,2	228,5	1 709,0



МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ	150		5,6	8,1	21,2	178,9
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	15	15	1,2	0,2	10,4	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,6	4,8	11,9	108,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
			12,5	17,1	48,5	396,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125				14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
					14,4	57,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МБ	180		4,5	7,2	12,3	131,9
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6	5,94	0,6	0,1	3,9	18,1
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
МЯСО СВИНИНА Н/К	20	20	2,8	6,4	0	69,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		2,5	5,8	7,8	99,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	140	112	1,9	0,1	5,1	30,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60		10,1	23,9	8,5	287,4

МЯСО СВИНИНА Н/К	55	55	7,8	17,7	0	189,6
КРУПА РИСОВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
СОУС ТОМАТНЫЙ	40		0,3	1,2	2,5	22,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25	0,2	0	1,6	7,3
МОРКОВЬ	3	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0	0	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	150		0,4		11,5	48,2
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	5	5	0,3	0	2,5	11,3
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,2	13,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,4	38,5	59,6	670,8
Полдник						
СОК	125				14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
					14,4	57,5
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,8	4,8	15,1	115,1
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/20		7,1	14,6	4,4	179,6
ГОВЯДИНА Б/К	20	20	3,6	3,1	0	42,3
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МЯСО СВИНИНА Н/К	20	20	2,8	6,4	0	69,0
			11,5	20,0	36,8	375,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,4	75,6	173,7	1 557,5

МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150		6,8	8,6	22,8	194,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,4	0,7	11	59,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,7	2,8	8,1	68,6
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	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			14,1	18,6	46,3	408,4
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	95		0,9	0,2	7,7	40,9
АПЕЛЬСИН	95	95	0,9	0,2	7,7	40,9
			0,9	0,2	7,7	40,9
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА К/Б	180		5,0	10,3	16,7	179,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	15	15	2,6	2,7	0	34,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,9	32,8
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	160		15,0	18,7	17,7	300,0
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	72	72	12,7	12,8	0	166,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196	196	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			22,6	29,4	57,2	584,0
Полдник						
ЙОГУРТ	120		2,4	1,8	3,6	57,6
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	124	120	2,4	1,8	3,6	57,6
ЗЕФИР	20		0,2		19,4	79,1
ЗЕФИР	25	25	0,2	0	19,4	79,1
			2,6	1,8	23,0	136,7
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/20		19,2	16,0	22,8	312,9
ТВОРОГ 9%	100	100	15,5	8,7	2,9	152,3
КРУПА МАННАЯ	3	3	0,3	0	2	9,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОРКОВЬ	18	18	0,2	0	1,2	6,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		8,0	32,1
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,0	50,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
			20,8	16,6	40,8	395,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,0	66,6	175,0	1 565,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 8



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		7,1	9,9	2,6	128,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	46	5,6	5,1	0,3	70,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,6	4,8	11,9	108,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
			13,2	18,6	24,8	319,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/Б	180		8,0	6,7	18,6	168,6
КАРТОФЕЛЬ	85,71	60	1,2	0,2	9,5	44,8
ФАСОЛЬ	16	16	3,3	0,3	7,3	46,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	18	18	3,2	2,8	0	38,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160		13,2	20,6	12,7	292,1
ГОВЯДИНА Б/К	25	25	4,6	3,9	0	52,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160	128	2,2	0,1	5,8	34,7
КРУПА РИСОВАЯ	8,08	8	0,6	0,1	5,7	25,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
мясо свинина б/к	30	30	4,3	9,7	0	103,6

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	150		0,2		11,6	125,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	40	40	0,2	0	5,8	102,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,0	27,7	59,9	667,9
Полдник						
СОК	125				14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
					14,4	57,5
Ужин						
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	60		16,7	9,1	9,4	185,6
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	90	90	14	0,5	0	60,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120		3,2	5,1	13,5	111,7
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	50	50	0,7	0,1	3,4	17,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	150		0,1		6,2	26,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			21,5	14,8	39,4	375,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,1	61,5	148,3	1 467,4



МЕНЮ

Ясли 12 часов 1-3 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150		6,3	8,2	23,3	191,9
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,3	3	0	36,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,6	2,8	8,1	68,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
			13,5	18,2	46,8	405,2
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	95		1,4	0,5	20,0	91,2
БАНАН	95	95	1,4	0,5	20	91,2
			1,4	0,5	20,0	91,2
Обед						
СУП СВЕКОЛЬНИК	180		6,4	7,8	18,1	171,2
ГОВЯДИНА Б/К	20	20	3,6	3,1	0	42,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СВЕКЛА	64,52	50	0,8	0,1	4,3	20,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ПЛОВ	160		12,2	20,8	38,5	388,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	25	4,6	3,9	0	52,9
КРУПА РИСОВАЯ	50	49,5	3,4	0,5	35,5	159,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	20	20	0,3	0	1,4	6,8

ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МЯСО СВИНИНА б/к	25	25	3,6	8,1	0	86,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				3,9	15,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			21,2	29,0	77,5	656,3
Полдник						
ЙОГУРТ	120		2,4	1,8	3,6	57,6
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	124	120	2,4	1,8	3,6	57,6
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			4,3	4,3	22,2	161,9
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130		17,2	16,1	25,5	315,4
ТВОРОГ 9%	95	95	14,7	8,3	2,8	144,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,2	0,5	0,5	0	6,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	42	42	1,3	1,3	1,9	24,4
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	12,8	51,5
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,9	31,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			18,8	16,7	43,7	399,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,2	68,7	210,2	1 714,0

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 1-3 лет****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		6,0	8,1	21,1	181,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,6	4,9	10,9	105,6
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
			12,9	17,2	47,4	395,1
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	95		0,4	0,3	9,8	44,7
ГРУША	95	95	0,4	0,3	9,8	44,7
			0,4	0,3	9,8	44,7
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	180		9,8	3,9	13,2	130,1
КАРТОФЕЛЬ	65	45,5	0,9	0,2	7,2	34,0
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	50	50	7,8	0,3	0	33,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6	5,94	0,6	0,1	3,9	18,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		3,4	3,6	17,8	116,9
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60		19,9	12,5	5,3	233,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	100	100	17,4	3,6	0	123,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				3,9	15,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			35,7	20,4	57,2	577,6
Полдник						
СОК	125				14,4	57,5
СОК 0.2	125	125	0	0	14,4	57,5
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20		2,9	1,2	20,0	101,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,9	1,2	20	101,7
			2,9	1,2	34,4	159,2
Ужин						
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ	100/30		12,1	11,7	65,0	412,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	84	84	8,8	1,1	56,9	272,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	150		0,1		8,1	33,1
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
			12,2	11,7	73,1	446,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,1	50,8	221,9	1 622,6