



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 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	200		6,8	8,2	31,8	229,6
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,6	0,2	17,8	79,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		8,0	31,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		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
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			9,8	13,5	59,8	400,6
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	180		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	200		4,8	9,6	9,1	145,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	70	70	1,3	0,1	2	15,6
КАРТОФЕЛЬ	45	31,5	0,6	0,1	4,9	23,6
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	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
МЯСО СВИНИНА Н/К	18	18	2,5	5,7	0	62,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		7,4	5,1	33,3	208,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,4	1,9	33,3	179,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70		12,6	28,8	5,1	329,2
МЯСО СВИНИНА Н/К	75	75	10,7	24,1	0	258,6

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		30	0,7	4,6	5,1	65,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
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	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ		180	0,6		14,8	61,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7	7	0,4	0	3,5	15,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	7	7	0,2	0	4,5	19,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			29,4	48,5	88,6	912,3
Полдник						
СОК		160	0,8	0,2	16,2	68,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	160	0,8	0,2	16,2	68,8
ПРЯНИКИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
			1,6	1,2	39,4	175,0
Ужин						
ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ		150	8,4	11,0	12,6	182,4
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		50	1,4	2,0	2,9	35,5
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	66,4	46,5	1,4	0,1	2,9	18,0
САХАР ПЕСОК	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,4	5,8	16,1	138,5
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			18,2	20,0	52,2	461,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,2	83,2	250,7	2 070,9



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 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	200		8,3	9,9	35,0	262,3
КРУПА МАННАЯ	30,7	30,7	3,1	0,3	21	98,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,4	5,8	14,1	130,8
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		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)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	15	3,5	4,4	0	54,6
			19,5	25,1	64,5	563,7
II Завтрак						
БАНАН	120		1,8	0,6	25,2	115,2
БАНАН	120	120	1,8	0,6	25,2	115,2
			1,8	0,6	25,2	115,2
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА К/Б	200		14,6	8,7	30,6	258,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,5	4,5	0	57,7
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	38	37,81	8,4	0,6	17,7	109,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20		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
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180		18,8	23,2	20,1	363,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	82	82	14,5	14,6	0	189,3

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	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	30	30	0,9	1	1,4	17,5
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		60	1,8	3,8	5,1	63,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	110	88	1,6	0,1	4	23,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОРКОВЬ	5	5	0,1	0	0,3	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
САХАР ПЕСОК	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			5,8	23,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			40,7	37,0	97,7	886,6
Полдник						
СОК		160	0,8	0,2	16,2	68,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	160	0,8	0,2	16,2	68,8
			0,8	0,2	16,2	68,8
Ужин						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		80	18,4	6,6	5,0	152,1
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	106	106	16,5	0,6	0	70,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	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	2	2	0	1,6	0	14,6
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ		130	1,9	1,6	10,1	63,2
МОРКОВЬ	150	150	1,9	0,2	10,1	50,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ		180	0,1		8,1	32,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
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
			22,7	9,1	38,6	326,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			85,5	72,0	242,2	1 961,1



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 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"	200		8,2	11,2	29,0	249,7
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	10,0	76,3
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	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			13,9	19,3	59,6	468,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО	130		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	120	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			0,5	0,5	11,8	56,4
Обед						
БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	200		6,4	16,3	13,6	231,0
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	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	10	10	0,1	0	0,7	3,4
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	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
мясо свинина б/к	25	25	3,6	8,1	0	86,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30		22,5	10,7	3,8	233,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	125	125	21,7	4,5	0	154,0
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	130		7,5	3,3	47,9	251,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	70	70	7,5	0,9	47,9	229,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			39,6	30,7	93,7	845,0
Полдник						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150		22,5	18,1	15,9	314,4
ТВОРОГ 9%	133	133	20,7	11,6	3,9	202,5
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,1
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯБЛОКИ	0	0	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40		1,9	2,5	6,8	56,3
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3	0,2	0,3	1,6	9,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		5,9	23,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГЩЕННЫЙ	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
			26,8	21,5	44,0	473,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			83,8	74,3	213,6	1 914,8



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	200		7,9	10,3	30,9	248,8
ПШЕНО	25	24,75	2,7	0,7	16,9	84,5
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,4	5,8	14,1	130,8
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	15	3,5	4,4	0	54,6
			19,8	25,8	65,6	576,4
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН	120		1,0	0,2	8,9	47,3
АПЕЛЬСИН	110	110	1	0,2	8,9	47,3
			1,0	0,2	8,9	47,3
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б С КЛЕЦКАМИ	200		9,7	11,9	18,4	221,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	25,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,3	0,3	0	0,2	0	2,1
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	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
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	1,4	1,4	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	30	5,3	5,3	0	69,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150		4,3	6,8	18,1	158,0
МОРКОВЬ	30	30	0,4	0	2	10,2
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,77	20	0,6	0	1,3	7,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	130	104	1,8	0,1	4,8	28,2

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
КОТЛЕТА МЯСНАЯ		70	13,3	21,0	7,0	269,0
ГОВЯДИНА Б/К	30	30	5,4	4,7	0	63,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
мясо свинина б/к	40	40	5,6	12,9	0	138,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
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		180			5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			30,6	40,1	70,5	773,5
Полдник						
СОК		160	0,8	0,2	16,2	68,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	160	0,8	0,2	16,2	68,8
			0,8	0,2	16,2	68,8
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,8	3,7	21,1	132,6
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
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	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КНЕЛИ РЫБНЫЕ		80	17,9	7,7	2,6	149,5
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	106	106	16,5	0,6	0	70,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	1	0,9	0,1	11,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ		180	0,1		8,2	33,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
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
			24,1	12,3	47,3	394,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,3	78,6	208,5	1 860,1



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 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	200		8,2	9,9	31,6	249,6
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	27	26,73	3	0,3	17,6	85,3
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	10,1	76,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			13,9	18,0	62,3	468,4
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	120	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			0,5	0,5	11,8	56,4
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		6,6	12,2	19,6	220,9
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	9,09	9	0,8	0,1	5,8	27,5
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	20	3,6	3,1	0	42,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80/30		15,0	22,6	5,1	283,1
ГОВЯДИНА Б/К	35	35	6,3	5,4	0	74,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	30	0,4	0,1	2,4	11,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0
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
мясо свинина б/к	35	35	4,9	11,3	0	120,9
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ		130	1,9	5,1	10,3	99,7
СВЕКЛА	150	116,25	1,6	0,1	9,9	47,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	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 РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			26,8	40,3	62,0	728,9
Полдник						
ЙОГУРТ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			5,6	3,3	22,5	163,7
Ужин						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ		75	13,2	7,9	95,4	505,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	100	100	10,5	1,3	67,8	324,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,7	0,6	0,5	0	7,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
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	30	30	0,1	0	19,2	77,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,84	0,2	0,2	0	2,8
ЧАЙ СЛАДКИЙ		180	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
			13,3	7,9	103,3	536,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,1	70,0	261,9	1 954,3



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ	200		7,0	9,9	29,6	235,0
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	22,5	22,5	1,8	0,3	15,6	70,7
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,4	5,8	14,1	130,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			15,4	21,0	64,3	508,0
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				4,9	19,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
					4,9	19,4
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА М/Б	200		5,0	9,1	16,3	166,6
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МЯСО СВИНИНА Н/К	20	20	2,8	6,4	0	69,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,2	4,5	9,7	94,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200	160	2,8	0,2	7,3	43,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0

ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ		80	11,4	26,3	3,6	296,2
МЯСО СВИНИНА Н/К	70	70	9,9	22,4	0	241,3
КРУПА РИСОВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
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
СОУС ТОМАТНЫЙ		40	0,3	2,7	2,5	36,6
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ		180	0,6		13,8	58,0
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7	7	0,4	0	3,5	15,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	7	7	0,2	0	4,5	19,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			23,8	43,0	67,1	754,2
Полдник						
СОК		160	0,8	0,2	16,2	68,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	160	0,8	0,2	16,2	68,8
			0,8	0,2	16,2	68,8
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,2	6,4	20,2	150,0
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/30	9,9	19,1	6,5	237,3
ГОВЯДИНА Б/К	25	25	4,6	3,9	0	52,9
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28	28	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МЯСО СВИНИНА Н/К	30	30	4,3	9,6	0	103,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,1	32,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
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
			15,5	26,4	50,2	498,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,5	90,6	202,7	1 848,7



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	200		8,2	9,6	26,8	227,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	25	24,75	3	0,8	13,7	73,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	15	3,5	4,4	0	54,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	12,1	84,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			17,4	22,1	59,5	508,2
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	120		1,1	0,2	9,7	51,6
АПЕЛЬСИН	120	120	1,1	0,2	9,7	51,6
			1,1	0,2	9,7	51,6
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА К/Б	200		6,9	9,4	23,3	205,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	20	3,5	3,6	0	46,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,6	129,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
АЗУ	200		17,5	21,4	22,0	351,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	82	82	14,5	14,6	0	189,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	12	0,2	0	1	4,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	20	20	0,3	0	1,4	6,8

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	12	0,1	0	0,2	1,6
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	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		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			27,7	31,2	72,3	681,6
Полдник						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
ЗЕФИР	30		0,3		27,1	110,7
ЗЕФИР	35	35	0,3	0	27,1	110,7
			3,3	2,3	31,6	182,7
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30		24,9	24,6	29,9	438,7
ТВОРОГ 9%	133	133	20,7	11,6	3,9	202,5
КРУПА МАННАЯ	3	3	0,3	0	2	9,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОРКОВЬ	0	0	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	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,1	2,5	16,2	95,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		7,0	28,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
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
			27,2	25,5	51,8	543,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,7	81,3	224,9	1 967,3

МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		10,7	14,1	4,2	187,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	23	2,8	2,5	0,2	35,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	80	80	2,3	2,5	3,7	46,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	46	5,6	5,1	0,3	70,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,4	5,8	14,1	130,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			19,1	25,2	38,9	460,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	120	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			0,5	0,5	11,8	56,4
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/Б	200		9,5	7,2	22,4	193,6
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
ФАСОЛЬ	20	20	4,1	0,4	9,1	57,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	20	20	0,3	0	1,4	6,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ГОВЯДИНА Б/К	20	20	3,6	3,1	0	42,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200		12,8	22,4	15,5	319,7
ГОВЯДИНА Б/К	20	20	3,6	3,1	0	42,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
мясо свинина б/к	30	30	4,3	9,7	0	103,6

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	180		0,1		10,9	112,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	35	35	0,1	0	5,1	89,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			25,7	30,0	70,0	728,1
Полдник						
СОК	160		0,8	0,2	16,2	68,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	160	0,8	0,2	16,2	68,8
			0,8	0,2	16,2	68,8
Ужин						
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80		19,2	5,7	9,4	164,3
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	106	106	16,5	0,6	0	70,9
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	4	4	0	3,9	0	34,9
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	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,9	6,0	17,6	137,0
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	50	50	0,7	0,1	3,4	17,0
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180		0,1		8,2	33,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ЛИМОН	7	4,2	0	0	0,1	1,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			25,2	12,9	55,8	439,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,3	68,8	192,7	1 754,1



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 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	200		7,1	9,9	26,5	224,4
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	15	3,5	4,4	0	54,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	12,1	84,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			16,3	22,4	59,2	505,5
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	110		1,7	0,6	23,1	105,6
БАНАН	110	110	1,7	0,6	23,1	105,6
			1,7	0,6	23,1	105,6
Обед						
СУП СВЕКОЛЬНИК	200		6,7	9,6	20,1	199,1
ГОВЯДИНА Б/К	20	20	3,6	3,1	0	42,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
КАРТОФЕЛЬ	114,29	80	1,6	0,3	12,6	59,8
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ПЛОВ	180		14,1	20,6	51,5	445,8
ГОВЯДИНА Б/К	25	25	4,6	3,9	0	52,9
КРУПА РИСОВАЯ	70	69,3	4,8	0,7	49,8	223,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	6,4	0,1	0	0,5	2,5

МОРКОВЬ	8,5	8,5	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,4	3,4	0,2	0	0,6	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
мясо свинина б/к	30	30	4,3	9,7	0	103,6
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,0	5,4	53,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	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		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			25,1	33,6	104,0	823,1
Полдник						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
ПЕЧЕНЬЕ	40		3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			6,0	6,2	34,3	238,8
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	150		22,2	18,2	31,8	380,7
ТВОРОГ 9%	133	133	20,7	11,6	3,9	202,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,1
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,8	0,6	0,6	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПОВИДЛО	30	30	0,1	0	19,2	77,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180		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	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
			24,6	19,1	55,1	490,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,7	81,9	275,7	2 163,9



МЕНЮ

Сад 12 часов 3-7 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	200		8,4	10,0	33,7	258,9
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,4	5,8	14,1	130,8
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			16,8	21,1	68,4	531,9
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	110		0,4	0,3	11,3	51,7
ГРУША	110	110	0,4	0,3	11,3	51,7
			0,4	0,3	11,3	51,7
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	200		10,6	3,3	16,7	142,7
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	15	15	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	52	52	8,1	0,3	0	34,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		4,1	5,5	22,6	158,0
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,7	1,8	2,7	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80		25,3	12,3	5,7	261,4
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	125	125	21,7	4,5	0	154,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/3 шт.	15,318	1,8	1,7	0,1	23,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				3,9	15,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			43,3	21,5	70,1	679,6
Полдник						
СОК	160		0,8	0,2	16,2	68,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	160	0,8	0,2	16,2	68,8
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30		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
			3,7	1,4	36,2	170,5
Ужин						
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ	120/60		16,2	15,1	83,5	533,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	90	72	1,3	0,1	3,3	19,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	104	104	10,9	1,4	70,5	337,0
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,7	1,8	2,7	34,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	9,2	1,2	1,1	0,1	14,0
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180		0,1		7,1	29,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
			16,3	15,1	90,6	563,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,5	59,4	276,6	1 996,7