

Утверждаю
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

МЕНЮ
04 декабря 2025 г.

Ясли утро 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	4,26	5,42	20,81	148,81
КРУПА МАННАЯ	20,9	20,9	2,09	0,20	14,32	66,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,2	50,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,4	76,4	2,15	1,85	3,56	40,02
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,30	12,72	43,41	317,81
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,00	0,00	15,00	60,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА яблоко	150	150	0,00	0,00	15,00	60,00
			0,00	0,00	15,00	60,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,30	12,72	58,41	377,81

Ясли вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,10	16,10	221,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
МАНДАРИН СВЕЖИИ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	2,80	3,60	14,90	94,40
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			25,70	15,90	45,80	427,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,70	15,90	45,80	427,60

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	4,26	5,42	20,81	148,81
КРУПА МАННАЯ	20,9	20,9	2,09	0,20	14,32	66,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,2	50,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,4	76,4	2,15	1,85	3,56	40,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,30	12,72	43,41	317,81
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,00	0,00	15,00	60,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА яблоко	150	150	0,00	0,00	15,00	60,00
			0,00	0,00	15,00	60,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,60	6,10	4,80	76,80
КАРТОФЕЛЬ поздний	44,31	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51
ЛУК ЗЕЛЕНый	7,6	6	0,08	0,01	0,19	1,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,		150/10/5	4,20	6,22	7,93	107,18
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ поздний	18,46	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,60	4,00	15,10	114,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,2	40,8	6,33	0,23	0,00	27,31
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	6,4	6,4	0,47	0,18	3,19	16,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,27	0,23	0,45	5,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В		120	2,00	1,60	7,80	53,50
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
РЕПА	24,7	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	2,14	0,15	4,48	27,84
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,34	20,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			17,13	18,62	60,96	470,41
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,10	16,10	221,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
МАНДАРИН СВЕЖИИ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	2,80	3,60	14,90	94,40
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			25,70	15,90	45,80	427,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,13	47,24	165,17	1 275,82

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,08	8,20	27,40	208,00
КРУПА МАННАЯ	30,7	30,7	3,07	0,30	21,02	97,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67	67	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101	101	2,84	2,45	4,70	52,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,12	15,50	50,00	377,00
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,00	0,00	18,00	72,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА яблоко	180	180	0,00	0,00	18,00	72,00
			0,00	0,00	18,00	72,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,80	7,60	6,00	96,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	56,92	37	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,5	7,5	0,10	0,01	0,23	1,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,		200/10/5	4,34	6,52	8,86	114,31
СВЕКЛА	36	27	0,40	0,03	2,31	11,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	16,8	13,4	0,23	0,01	0,61	3,64
КАРТОФЕЛЬ поздний	20,62	13,4	0,26	0,05	2,11	10,01
МОРКОВЬ	11,25	8,44	0,11	0,01	0,56	2,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,10	5,30	20,10	165,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56,5	54,4	8,44	0,32	0,00	36,41
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0,62	0,24	4,24	21,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,36	0,31	0,59	6,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/13 шт.	3,1	0,38	0,35	0,02	4,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,34	0,29	0,56	6,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В		150	2,50	2,00	9,80	67,00
МОРКОВЬ	73,6	55,2	0,70	0,06	3,70	18,74
РЕПА	30,8	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,5	12	2,68	0,18	5,60	34,80
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,40	0,05	2,58	12,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,2	36,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,4	12,4	0,31	1,80	0,42	24,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ОБОГАЩЕННЫЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
ОБОГАЩЕННЫЙ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			21,32	22,37	76,66	593,31
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,04	4,00	34,70	146,00
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	135	100	0,80	0,20	7,50	38,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,90	4,00	9,80	99,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
			9,74	8,20	52,00	283,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,18	46,07	196,66	1 325,31

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,00	8,00	27,00	203,00
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,04	15,30	49,60	372,00
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,00	0,00	18,00	90,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА яблоко	180	180	0,00	0,00	18,00	90,00
			0,00	0,00	18,00	90,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,80	7,60	6,00	96,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	56,92	37	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНый	9,5	7,5	0,10	0,01	0,23	1,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,		200/10/5	4,26	6,42	8,18	110,23
СВЕКЛА	33,33	25	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ поздний	19,23	12,5	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,10	5,30	20,10	165,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56,5	54,4	9,55	0,16	0,00	39,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	8,5	8,5	0,62	0,24	4,24	21,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,36	0,31	0,59	6,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,34	0,29	0,56	6,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В		150	2,50	2,00	9,80	67,00
МОРКОВЬ	73,73	55,3	0,70	0,06	3,71	18,78
РЕПА	30,9	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,41	0,05	2,65	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,32	1,86	0,44	25,58
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			21,24	22,27	75,98	589,23
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,01	11,83	20,93	283,30
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,1	121,3	21,18	10,59	3,53	198,85
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	8,7	8,7	0,87	0,09	5,96	27,76
САХАР ПЕСОК	8,7	8,7	0,00	0,00	8,42	33,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03	6,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,67	0,00	3,10	15,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	130	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,04	3,78	21,24	128,04
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	30	30	2,04	3,78	21,24	128,04
			31,85	19,81	59,47	548,24
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,13	57,38	203,05	1 599,47

Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,00	8,00	27,00	203,00
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,04	15,30	49,60	372,00
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,00	0,00	18,00	90,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА яблоко	180	180	0,00	0,00	18,00	90,00
			0,00	0,00	18,00	90,00
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,80	7,60	6,00	96,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	56,92	37	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	9,5	7,5	0,10	0,01	0,23	1,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,		200/10/5	4,26	6,42	8,18	110,23
СВЕКЛА	33,33	25	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ поздний	19,23	12,5	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,10	5,30	20,10	165,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56,5	54,4	9,55	0,16	0,00	39,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	8,5	8,5	0,62	0,24	4,24	21,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,36	0,31	0,59	6,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,34	0,29	0,56	6,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В		150	2,50	2,00	9,80	67,00
МОРКОВЬ	73,73	55,3	0,70	0,06	3,71	18,78
РЕПА	30,9	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,41	0,05	2,65	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,32	1,86	0,44	25,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			21,24	22,27	75,98	589,23
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,01	11,83	20,93	283,30
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,1	121,3	21,18	10,59	3,53	198,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	8,7	8,7	0,87	0,09	5,96	27,76
САХАР ПЕСОК	8,7	8,7	0,00	0,00	8,42	33,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03	6,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,67	0,00	3,10	15,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	130	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,04	3,78	21,24	128,04
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	30	30	2,04	3,78	21,24	128,04
			31,85	19,81	59,47	548,24
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,13	57,38	203,05	1 599,47