

Утверждаю  
Руководитель учреждения  
Г.В. Смирнова

МЕНЮ  
09 февраля 2026 г.

Ясли утро 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	4,63	2,41	15,18	90,52
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20,200	20,000	2,23	0,25	13,17	63,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	106,000	106,000	2,98	2,57	4,94	55,52
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	3,000	3,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,300	2,300	0,01	1,84	0,02	16,68
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	1,58	1,16	9,24	54,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,000	144,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	48,000	48,000	1,35	1,16	2,23	25,14
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,300	2,300	0,23	0,00	1,20	5,71
-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		20	0,54	3,36	6,77	60,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,30	0,03	29,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		20	2,46	2,23	0,14	30,47
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,38	0,38	9,31	44,65
ЯБЛОКИ	107,900	95,000	0,38	0,38	9,31	44,65
			9,59	9,54	40,64	280,07
II Завтрак						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-		110	2,14	2,36	10,14	69,99
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЖИРНОСТИ ЯБЛОКО-ГРУША (АГУША ОТ 6 МЕС.)	110,000	110,000	3,19	2,97	11,77	86,90
			2,14	2,36	10,14	69,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,73	11,90	50,78	350,06

Ясли вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С	30		0,81	2,24	2,87	17,96
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	28,200	24,000	0,19	0,02	0,41	3,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,400	4,500	0,06	0,01	0,37	1,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,250	2,250	0,00	2,25	0,00	20,23
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	160		7,44	7,56	19,11	198,85
ГОВЯДИНА Б\К	64,400	58,000	10,47	9,00	0,00	122,65
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	101,100	80,900	1,42	0,08	3,69	21,97
КРУПА РИСОВАЯ	8,000	8,000	0,54	0,08	5,74	25,84
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,470	0,470	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,107 шт.	4,307	0,53	0,49	0,03	6,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,000	5,000	0,52	0,07	3,40	16,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,07	0,00	0,23	1,28
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,000	14,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,09	1,70	9,32	61,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70,000	70,000	1,97	1,70	3,26	36,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,000	75,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,614	0,614	0,12	0,00	0,25	1,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,400	32,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	40		1,89	1,97	19,90	89,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,600	15,600	1,63	0,19	10,57	50,54
САХАР ПЕСОК	2,240	2,240	0,00	0,00	2,17	8,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,058 шт.	2,335	0,29	0,26	0,02	3,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,620	4,620	0,13	0,12	0,21	2,42
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	7,200	7,200	1,26	0,63	0,21	11,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,560	0,560	0,00	0,45	0,00	4,06
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,490	0,490	0,06	0,01	0,01	0,37
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,011 шт.	0,443	0,06	0,05	0,00	0,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,500	0,500	0,00	0,49	0,00	4,37
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,300	0,300	0,03	0,00	0,20	0,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,89	13,69	61,80	418,97
			13,89	13,69	61,80	418,97

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С		130	4,63	2,41	15,18	90,52
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20,200	20,000	2,23	0,25	13,17	63,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	106,000	106,000	2,98	2,57	4,94	55,52
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	3,000	3,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,300	2,300	0,01	1,84	0,02	16,68
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	1,58	1,16	9,24	54,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,000	144,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	48,000	48,000	1,35	1,16	2,23	25,14
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,300	2,300	0,23	0,00	1,20	5,71
-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		20	0,54	3,36	6,77	60,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,000	4,000	0,02	3,30	0,03	29,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		20	2,46	2,23	0,14	30,47
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,38	0,38	9,31	44,65
ЯБЛОКИ	107,900	95,000	0,38	0,38	9,31	44,65
			9,59	9,54	40,64	280,07
II Завтрак						
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-		110	2,14	2,36	10,14	69,99
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЖИРНОСТИ ЯБЛОКО- ГРУША (АГУША ОТ 6 МЕС.)	110,000	110,000	3,19	2,97	11,77	86,90
			2,14	2,36	10,14	69,99
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		40	0,45	1,99	2,44	37,76
МОРКОВЬ	25,000	20,000	0,25	0,02	1,34	6,79
ЯБЛОКИ	21,591	19,000	0,08	0,08	1,80	8,66
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		180	2,90	3,81	17,09	101,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165,000	165,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	43,750	35,000	0,51	0,04	2,99	14,26
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,500	18,000	0,31	0,02	0,82	4,89
КАРТОФЕЛЬ	25,710	18,000	0,35	0,07	2,84	13,44
МОРКОВЬ	11,250	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,333	7,000	0,10	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
САХАР ПЕСОК	1,800	1,800	0,00	0,00	1,75	6,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,080	0,080	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	24,000	18,000	3,25	2,79	0,00	38,06
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,720	0,720	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ		60	7,25	4,23	11,64	105,17
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	60,400	55,000	9,71	9,82	0,00	126,97
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,000	1,000	0,01	0,81	0,01	7,26
РИСОВАЯ МУКА	0,900	0,900	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,538	11,538	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,000	11,000	0,27	1,60	0,38	17,07
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	4,653	3,350	0,59	0,60	0,00	7,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,00	0,00	0,01	0,07
МОРКОВЬ	0,210	0,170	0,00	0,00	0,01	0,06
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,02	0,01	0,00	0,18
МОРКОВЬ	0,230	0,180	0,00	0,00	0,01	0,06
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	1,61	5,00	10,60	102,10
КАРТОФЕЛЬ	128,570	90,000	1,75	0,35	14,23	67,22
МОРКОВЬ	50,000	40,000	0,50	0,04	2,68	13,58
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			16,31	16,12	81,28	530,32
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С		30	0,81	2,24	2,87	17,96
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	28,200	24,000	0,19	0,02	0,41	3,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,400	4,500	0,06	0,01	0,37	1,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,250	2,250	0,00	2,25	0,00	20,23
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ		160	7,44	7,56	19,11	198,85
ГОВЯДИНА Б/К	64,400	58,000	10,47	9,00	0,00	122,65
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	101,100	80,900	1,42	0,08	3,69	21,97
КРУПА РИСОВАЯ	8,000	8,000	0,54	0,08	5,74	25,84
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,470	0,470	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,107 шт.	4,307	0,53	0,49	0,03	6,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,000	5,000	0,52	0,07	3,40	16,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00

ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,07	0,00	0,23	1,28
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,000	14,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,09	1,70	9,32	61,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70,000	70,000	1,97	1,70	3,26	36,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,000	75,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,614	0,614	0,12	0,00	0,25	1,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,400	32,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	40		1,89	1,97	19,90	89,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,600	15,600	1,63	0,19	10,57	50,54
САХАР ПЕСОК	2,240	2,240	0,00	0,00	2,17	8,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,058 шт.	2,335	0,29	0,26	0,02	3,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,620	4,620	0,13	0,12	0,21	2,42
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	7,200	7,200	1,26	0,63	0,21	11,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,560	0,560	0,00	0,45	0,00	4,06
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,490	0,490	0,06	0,01	0,01	0,37
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,011 шт.	0,443	0,06	0,05	0,00	0,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,500	0,500	0,00	0,49	0,00	4,37
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,300	0,300	0,03	0,00	0,20	0,97
			13,89	13,69	61,80	418,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,93	41,71	193,86	1 299,35

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	5,81	3,23	19,71	129,10
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	26,263	26,000	2,90	0,33	17,12	82,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	4,50	3,88	7,45	83,81
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	62,000	62,000	1,75	1,50	2,89	32,48
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,250	2,250	0,22	0,00	1,17	5,59
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25	1,20	4,75	9,75	80,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		25	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,625 шт.	25,156	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			11,89	12,57	52,20	365,02
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША		110	2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,56	2,49	10,55	47,20
МОРКОВЬ	42,500	34,000	0,43	0,03	2,28	11,54
ЯБЛОКИ	17,045	15,000	0,06	0,06	1,43	6,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200	3,22	4,55	15,99	115,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	48,750	39,000	0,57	0,04	3,33	15,89
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
КАРТОФЕЛЬ	28,570	20,000	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	12,500	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,200	3,200	0,15	0,00	0,59	3,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,11	0,66	0,16	6,98
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,090	0,090	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ		80	9,89	6,44	4,84	167,67
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	59,341	54,000	9,54	9,64	0,00	124,66
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,750	1,750	0,01	1,40	0,01	12,70
РИСОВАЯ МУКА	1,575	1,575	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,192	20,192	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,800	13,800	0,34	2,01	0,47	21,42
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	4,653	3,350	0,59	0,60	0,00	7,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,00	0,00	0,01	0,07
МОРКОВЬ	0,210	0,170	0,00	0,00	0,01	0,06
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,02	0,01	0,00	0,18

МОРКОВЬ	0,230	0,180	0,00	0,00	0,01	0,06
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,33	5,83	28,57	137,06
КАРТОФЕЛЬ	142,860	100,000	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	32,500	26,000	0,33	0,03	1,74	8,83
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			20,39	20,33	101,13	658,37
Полдник						
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150		7,05	8,30	25,45	202,67
ГОВЯДИНА Б/К	45,444	40,900	7,38	6,34	0,00	86,49
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	101,337	81,070	1,42	0,08	3,70	22,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,512	10,500	0,15	0,02	0,83	4,18
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,206	20,000	0,21	0,04	0,74	4,66
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,000	13,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
-ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,07	0,00	5,95	24,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,340	0,340	0,07	0,00	0,14	0,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,800	37,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
			8,44	8,48	39,88	267,49
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,64	44,38	206,27	1 380,86

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	5,81	3,23	19,71	129,10
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	26,263	26,000	2,90	0,33	17,12	82,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	4,50	3,88	7,45	83,81
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25	1,20	4,75	9,75	80,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		25	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,625 шт.	25,156	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			11,89	12,57	52,20	365,02
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ		110	2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,56	2,49	10,55	47,20
МОРКОВЬ	42,500	34,000	0,43	0,03	2,28	11,54
ЯБЛОКИ	17,045	15,000	0,06	0,06	1,43	6,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200	3,22	4,55	15,99	115,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	48,750	39,000	0,57	0,04	3,33	15,89
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
КАРТОФЕЛЬ	28,570	20,000	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	12,500	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,200	3,200	0,15	0,00	0,59	3,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,090	0,090	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,11	0,66	0,16	6,98
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ		80	9,89	6,44	4,84	167,67
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	74,700	68,000	12,01	12,13	0,00	156,98
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,750	1,750	0,01	1,40	0,01	12,70
РИСОВАЯ МУКА	1,575	1,575	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,192	20,192	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,400	15,400	0,38	2,24	0,52	23,90
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	4,653	3,350	0,59	0,60	0,00	7,73

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,00	0,00	0,01	0,07
МОРКОВЬ	0,210	0,170	0,00	0,00	0,01	0,06
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,02	0,01	0,00	0,18
МОРКОВЬ	0,230	0,180	0,00	0,00	0,01	0,06
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,33	5,83	28,57	137,06
КАРТОФЕЛЬ	161,430	113,000	2,19	0,44	17,87	84,40
МОРКОВЬ	57,500	46,000	0,58	0,05	3,07	15,62
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			20,39	20,33	101,13	658,37
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С		50	1,36	3,76	4,80	40,13
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	48,200	41,000	0,33	0,04	0,70	5,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,000	7,500	0,11	0,02	0,62	3,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ		200	8,81	8,05	25,31	255,08
ГОВЯДИНА Б/К	80,500	72,500	13,09	11,25	0,00	153,31
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125,000	100,000	1,75	0,10	4,56	27,16
КРУПА РИСОВАЯ	19,190	19,000	1,29	0,18	13,64	61,37
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,875	15,000	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,137 шт.	5,514	0,68	0,61	0,04	8,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,000	4,000	0,42	0,05	2,72	12,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,250	6,250	0,16	0,91	0,21	9,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,875	1,875	0,19	0,02	1,27	6,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,750	18,750	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,500	2,500	0,09	0,00	0,29	1,60
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ		50	2,31	2,64	23,00	115,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,000	20,000	2,10	0,25	13,56	64,80
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,019	0,37	0,34	0,02	4,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	5,700	5,700	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	11,000	11,000	1,92	0,96	0,32	18,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,700	0,700	0,00	0,56	0,01	5,08
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,800	0,800	0,10	0,02	0,02	0,60
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,018	0,018	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,015 шт.	0,604	0,08	0,07	0,00	0,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
			17,03	17,51	78,77	540,19
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,23	53,41	245,16	1 653,56

Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	5,81	3,23	19,71	129,10
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	26,263	26,000	2,90	0,33	17,12	82,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	4,50	3,88	7,45	83,81
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25	1,20	4,75	9,75	80,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		25	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,625 шт.	25,156	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			11,89	12,57	52,20	365,02
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ		110	2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98

Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,56	2,49	10,55	47,20
МОРКОВЬ	42,500	34,000	0,43	0,03	2,28	11,54
ЯБЛОКИ	17,045	15,000	0,06	0,06	1,43	6,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200	3,22	4,55	15,99	115,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	48,750	39,000	0,57	0,04	3,33	15,89
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
КАРТОФЕЛЬ	28,570	20,000	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	12,500	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,200	3,200	0,15	0,00	0,59	3,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,090	0,090	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,11	0,66	0,16	6,98
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ		80	9,89	6,44	4,84	167,67
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	74,700	68,000	12,01	12,13	0,00	156,98
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,750	1,750	0,01	1,40	0,01	12,70
РИСОВАЯ МУКА	1,575	1,575	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,192	20,192	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,400	15,400	0,38	2,24	0,52	23,90
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	4,653	3,350	0,59	0,60	0,00	7,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,00	0,00	0,01	0,07
МОРКОВЬ	0,210	0,170	0,00	0,00	0,01	0,06
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,02	0,01	0,00	0,18
МОРКОВЬ	0,230	0,180	0,00	0,00	0,01	0,06
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,33	5,83	28,57	137,06
КАРТОФЕЛЬ	161,430	113,000	2,19	0,44	17,87	84,40
МОРКОВЬ	57,500	46,000	0,58	0,05	3,07	15,62
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			20,39	20,33	101,13	658,37
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С		50	1,36	3,76	4,80	40,13
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	48,200	41,000	0,33	0,04	0,70	5,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,000	7,500	0,11	0,02	0,62	3,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ		200	8,81	8,05	25,31	255,08
ГОВЯДИНА Б/К	80,500	72,500	13,09	11,25	0,00	153,31
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125,000	100,000	1,75	0,10	4,56	27,16
КРУПА РИСОВАЯ	19,190	19,000	1,29	0,18	13,64	61,37
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,875	15,000	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.137 шт.	5,514	0,68	0,61	0,04	8,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,000	4,000	0,42	0,05	2,72	12,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,250	6,250	0,16	0,91	0,21	9,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,875	1,875	0,19	0,02	1,27	6,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,750	18,750	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,500	2,500	0,09	0,00	0,29	1,60
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
-ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ		50	2,31	2,64	23,00	115,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,000	20,000	2,10	0,25	13,56	64,80
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,019	0,37	0,34	0,02	4,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,700	5,700	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	11,000	11,000	1,92	0,96	0,32	18,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,700	0,700	0,00	0,56	0,01	5,08
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,800	0,800	0,10	0,02	0,02	0,60
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,018	0,018	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.015 шт.	0,604	0,08	0,07	0,00	0,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
			17,03	17,51	78,77	540,19
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,23	53,41	245,16	1 653,56