

**МЕНЮ**  
**12 мая 2026 г.**

**Ясли утро 4 часа**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/15		7,35	5,04	12,78	111,10
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	116,000	116,000	20,25	10,13	3,38	190,16
КРУПА МАННАЯ	14,000	14,000	1,40	0,14	9,58	44,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,600	5,600	0,00	0,00	5,42	21,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,117 шт.	4,709	0,58	0,52	0,03	7,17
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,500	5,500	0,14	0,81	0,18	8,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,800	2,800	0,00	2,72	0,00	24,41
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,667	4,667	0,60	0,00	2,78	13,52
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8%	15,000	15,000	0,93	1,13	1,50	20,08
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5		0,12	0,01	8,04	33,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	118,000	118,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,350	0,350	0,07	0,00	0,15	0,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,210	30,210	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОН	8,333	5,000	0,05	0,01	0,15	1,65
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25		0,54	4,06	9,99	77,68
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17,000	17,000	1,28	0,49	8,74	44,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
ПОВИДЛО	7,000	7,000	0,03	0,00	4,62	18,59
-ГРУША	95		0,38	0,29	9,79	44,65
ГРУША	105,556	95,000	0,38	0,29	9,79	44,65
			<b>8,39</b>	<b>9,40</b>	<b>40,60</b>	<b>266,88</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	110		2,05	2,33	10,16	69,93
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН (АГУША ОТ 6 МЕС.)	110,000	110,000	2,99	2,88	9,82	76,82
			<b>2,05</b>	<b>2,33</b>	<b>10,16</b>	<b>69,93</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>10,44</b>	<b>11,73</b>	<b>50,76</b>	<b>336,81</b>

**Ясли вечер 4 часа**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Полдник</b>						
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	130/15		5,26	7,27	20,87	165,13
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,484 шт.	99,981	12,32	11,16	0,68	152,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	49,000	49,000	1,38	1,19	2,28	25,67
СЫР РОССИЙСКИЙ	4,400	4,000	0,90	1,14	0,00	14,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,320	0,320	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	23,085	15,000	0,46	0,03	0,95	5,82
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
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
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45		4,90	4,27	18,26	117,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,590	0,590	0,07	0,01	0,01	0,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	18,400	16,192	0,06	0,06	1,54	7,38
САХАР ПЕСОК	4,800	4,800	0,00	0,00	4,65	18,58
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	15,400	15,400	2,69	1,35	0,45	25,25
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,700	0,09	0,08	0,00	1,07
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,00	0,00	0,78	3,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,700	0,700	0,08	0,01	0,48	2,27
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,300	0,300	0,03	0,00	0,20	0,97
			<b>14,50</b>	<b>14,11</b>	<b>63,87</b>	<b>422,93</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>14,50</b>	<b>14,11</b>	<b>63,87</b>	<b>422,93</b>

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/15		7,35	5,04	12,78	111,10
ТВОРОГ 5.0% ЖИРНОСТИ	116,000	116,000	20,25	10,13	3,38	190,16
КРУПА МАННАЯ	14,000	14,000	1,40	0,14	9,58	44,68
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,600	5,600	0,00	0,00	5,42	21,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,117 шт.	4,709	0,58	0,52	0,03	7,17
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,500	5,500	0,14	0,81	0,18	8,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,800	2,800	0,00	2,72	0,00	24,41
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,667	4,667	0,60	0,00	2,78	13,52
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7.8%	15,000	15,000	0,93	1,13	1,50	20,08
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5		0,12	0,01	8,04	33,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	118,000	118,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,350	0,350	0,07	0,00	0,15	0,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,210	30,210	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОН	8,333	5,000	0,05	0,01	0,15	1,65
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25		0,54	4,06	9,99	77,68
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17,000	17,000	1,28	0,49	8,74	44,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
ПОВИДЛО	7,000	7,000	0,03	0,00	4,62	18,59
-ГРУША	95		0,38	0,29	9,79	44,65
ГРУША	105,556	95,000	0,38	0,29	9,79	44,65
			<b>8,39</b>	<b>9,40</b>	<b>40,60</b>	<b>266,88</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	110		2,05	2,33	10,16	69,93
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН (АГУША ОТ 6 МЕС.)	110,000	110,000	2,99	2,88	9,82	76,82
			<b>2,05</b>	<b>2,33</b>	<b>10,16</b>	<b>69,93</b>
<b>Обед</b>						
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40		1,40	3,82	5,53	23,77
СВЕКЛА	43,000	34,400	0,50	0,03	2,94	14,02
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	6,000	6,000	0,31	0,02	3,06	13,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,400	2,400	0,00	2,40	0,00	21,58
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180		2,43	3,15	12,76	115,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	64,290	45,000	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА РИСОВАЯ	3,800	3,800	0,26	0,04	2,73	12,27
МОРКОВЬ	8,750	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,900	5,000	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,941	11,000	0,09	0,01	0,18	1,39
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,014	0,014	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,947	0,900	0,03	0,00	0,07	0,43
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
ГОВЯДИНА Б\К	24,000	18,000	3,25	2,79	0,00	38,06
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60		7,57	3,46	10,67	101,94
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	70,664	68,000	10,55	0,40	0,00	45,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,000	18,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,400	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12,000	12,000	0,06	9,60	0,10	87,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,160 шт.	6,440	0,80	0,72	0,05	9,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,520	0,420	0,02	0,00	0,03	0,20
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,040	0,040	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		1,77	4,86	16,11	118,24
КАРТОФЕЛЬ	142,860	100,000	1,94	0,39	15,81	74,69
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,480	0,480	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	5,500	5,500	0,03	4,40	0,04	39,91
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	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
КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180		0,12	0,09	12,68	52,38
ГРУША	30,928	30,000	0,12	0,09	3,00	13,68
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,180	0,180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>16,11</b>	<b>16,14</b>	<b>76,51</b>	<b>504,82</b>
<b>Полдник</b>						
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	130/15		5,26	7,27	20,87	165,13
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,484 шт.	99,981	12,32	11,16	0,68	152,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	49,000	49,000	1,38	1,19	2,28	25,67
СЫР РОССИЙСКИЙ	4,400	4,000	0,90	1,14	0,00	14,12
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,320	0,320	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ГОРОШЕК ЗЕЛЕННЫЙ КОНСЕРВЫ	23,085	15,000	0,46	0,03	0,95	5,82
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
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
<b>-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ</b>		<b>45</b>	<b>4,90</b>	<b>4,27</b>	<b>18,26</b>	<b>117,84</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,590	0,590	0,07	0,01	0,01	0,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	18,400	16,192	0,06	0,06	1,54	7,38
САХАР ПЕСОК	4,800	4,800	0,00	0,00	4,65	18,58
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,900	14,900	2,60	1,30	0,44	24,42
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,700	0,09	0,08	0,00	1,07
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,00	0,00	0,78	3,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,700	0,700	0,08	0,01	0,48	2,27
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,300	0,300	0,03	0,00	0,20	0,97
			<b>14,50</b>	<b>14,11</b>	<b>63,87</b>	<b>422,93</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,05</b>	<b>41,98</b>	<b>191,14</b>	<b>1 264,56</b>

### Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		<b>180/20</b>	<b>9,68</b>	<b>7,62</b>	<b>14,46</b>	<b>156,93</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	28,98	14,49	4,83	272,12
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	2,30	0,22	15,75	73,40
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,00	0,00	10,65	42,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,119 шт.	4,790	0,59	0,53	0,03	7,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,15	0,87	0,20	9,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7.8%	20,000	20,000	1,24	1,51	2,00	26,77
<b>-ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>190/10</b>	<b>0,23</b>	<b>0,01</b>	<b>10,26</b>	<b>43,70</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	16,700	10,000	0,09	0,01	0,29	3,30
<b>-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ</b>		<b>35</b>	<b>0,99</b>	<b>4,07</b>	<b>17,18</b>	<b>107,40</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ПОВИДЛО	12,000	12,000	0,05	0,00	7,92	31,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
ГРУША		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,00</b>
ГРУША	142,842	100,000	0,40	0,30	10,30	47,00
			<b>11,30</b>	<b>12,00</b>	<b>52,20</b>	<b>355,03</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,00</b>	<b>13,04</b>	<b>90,03</b>
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			<b>2,48</b>	<b>3,00</b>	<b>13,04</b>	<b>90,03</b>
<b>Обед</b>						
<b>-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ</b>		<b>50</b>	<b>1,00</b>	<b>4,78</b>	<b>13,16</b>	<b>42,21</b>
СВЕКЛА	53,750	43,000	0,63	0,04	3,67	17,52
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7,500	7,500	0,39	0,02	3,83	17,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
<b>-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b>		<b>200</b>	<b>3,41</b>	<b>3,03</b>	<b>13,78</b>	<b>128,89</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,000	156,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	71,430	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КРУПА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,31	0,05	3,23	14,54
МОРКОВЬ	10,000	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15,300	13,000	0,10	0,01	0,21	1,64
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,052	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,11	0,66	0,16	6,98
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
<b>-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ</b>		<b>80</b>	<b>8,95</b>	<b>4,60</b>	<b>6,52</b>	<b>134,42</b>
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	84,173	81,000	12,57	0,48	0,00	54,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,200	16,000	0,21	0,03	1,27	6,36
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16,000	16,000	0,08	12,80	0,13	116,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,208 шт.	8,372	1,03	0,93	0,06	12,75
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,676	0,546	0,02	0,00	0,04	0,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,052	0,052	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>150</b>	<b>2,90</b>	<b>6,87</b>	<b>24,48</b>	<b>152,80</b>
КАРТОФЕЛЬ	178,570	125,000	2,43	0,49	19,77	93,36

СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,66</b>	<b>0,22</b>	<b>10,60</b>	<b>50,99</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>35</b>	<b>2,63</b>	<b>1,02</b>	<b>17,99</b>	<b>91,70</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-</b>		<b>180</b>	<b>0,19</b>	<b>0,08</b>	<b>8,20</b>	<b>35,63</b>
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	20,619	20,000	0,19	0,08	1,42	8,54
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬБЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>20,74</b>	<b>20,60</b>	<b>94,73</b>	<b>636,64</b>
<b>Полдник</b>						
<b>-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b>		<b>100/50</b>	<b>7,84</b>	<b>8,52</b>	<b>27,60</b>	<b>220,32</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,745 шт.	70,236	8,65	7,84	0,48	106,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	33,000	33,000	0,93	0,81	1,53	17,29
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,286	0,286	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	46,170	30,000	0,90	0,06	1,89	11,64
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	28,571	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,13</b>	<b>6,36</b>	<b>30,59</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>-ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>180</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>5,95</b>	<b>24,03</b>
ВОДА ПИТЬБЕВАЯ	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 ПИТЬБЕВАЯ	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
			<b>8,90</b>	<b>8,65</b>	<b>39,91</b>	<b>274,94</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,42</b>	<b>44,25</b>	<b>199,88</b>	<b>1 356,64</b>

### Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		<b>180/20</b>	<b>9,68</b>	<b>7,62</b>	<b>14,46</b>	<b>156,93</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	28,98	14,49	4,83	272,12
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	2,30	0,22	15,75	73,40
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,00	0,00	10,65	42,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,119 шт.	4,790	0,59	0,53	0,03	7,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,15	0,87	0,20	9,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8%	20,000	20,000	1,24	1,51	2,00	26,77
<b>-ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>190/10</b>	<b>0,23</b>	<b>0,01</b>	<b>10,26</b>	<b>43,70</b>
ВОДА ПИТЬБЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬБЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	16,700	10,000	0,09	0,01	0,29	3,30
<b>-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ</b>		<b>35</b>	<b>0,99</b>	<b>4,07</b>	<b>17,18</b>	<b>107,40</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,90	39,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
<b>ГРУША</b>		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,00</b>
ГРУША	142,842	100,000	0,40	0,30	10,30	47,00
			<b>11,30</b>	<b>12,00</b>	<b>52,20</b>	<b>355,03</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ИОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,00</b>	<b>13,04</b>	<b>90,03</b>
ИОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			<b>2,48</b>	<b>3,00</b>	<b>13,04</b>	<b>90,03</b>
<b>Обед</b>						
<b>-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОИ</b>		<b>50</b>	<b>1,00</b>	<b>4,78</b>	<b>13,16</b>	<b>42,21</b>
СВЕКЛА	53,750	43,000	0,63	0,04	3,67	17,52
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7,500	7,500	0,39	0,02	3,83	17,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
<b>-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b>		<b>200</b>	<b>3,41</b>	<b>3,03</b>	<b>13,78</b>	<b>128,89</b>
ВОДА ПИТЬБЕВАЯ	156,000	156,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	71,430	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КРУПА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,31	0,05	3,23	14,54
МОРКОВЬ	10,000	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15,300	13,000	0,10	0,01	0,21	1,64
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,052	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,11	0,66	0,16	6,98
ГОВЯДИНА Б/К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
<b>-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ</b>		<b>80</b>	<b>8,95</b>	<b>4,60</b>	<b>6,52</b>	<b>131,42</b>
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	84,173	81,000	12,57	0,48	0,00	54,21
ВОДА ПИТЬБЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,200	16,000	0,21	0,03	1,27	6,36
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16,000	16,000	0,08	12,80	0,13	116,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,208 шт.	8,372	1,03	0,93	0,06	12,75
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,676	0,546	0,02	0,00	0,04	0,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,052	0,052	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>	<b>150</b>	<b>2,90</b>	<b>6,87</b>	<b>24,48</b>	<b>152,80</b>	
КАРТОФЕЛЬ	178,570	125,000	2,43	0,49	19,77	93,36
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>25</b>	<b>1,66</b>	<b>0,22</b>	<b>10,60</b>	<b>50,99</b>	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>35</b>	<b>2,63</b>	<b>1,02</b>	<b>17,99</b>	<b>91,70</b>	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-</b>	<b>180</b>	<b>0,29</b>	<b>0,12</b>	<b>8,90</b>	<b>39,89</b>	
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	30,928	30,000	0,29	0,12	2,12	12,80
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>20,84</b>	<b>20,64</b>	<b>95,43</b>	<b>637,90</b>	
<b>Полдник</b>						
<b>НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>2,50</b>	<b>11,10</b>	<b>53,28</b>	
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ -0	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b>	<b>140/20</b>	<b>6,59</b>	<b>7,57</b>	<b>23,41</b>	<b>226,70</b>	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,36 шт.	94,990	11,70	10,59	0,64	144,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,000	50,000	1,41	1,21	2,33	26,19
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,500	5,000	1,13	1,44	0,00	17,65
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,380	0,380	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>30</b>	<b>2,25</b>	<b>0,87</b>	<b>15,42</b>	<b>78,60</b>	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
<b>-ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>	<b>200</b>	<b>2,56</b>	<b>2,80</b>	<b>12,94</b>	<b>68,00</b>	
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
<b>-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ</b>	<b>45</b>	<b>5,10</b>	<b>4,27</b>	<b>18,26</b>	<b>117,84</b>	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,690	0,690	0,09	0,01	0,01	0,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	18,400	16,192	0,06	0,06	1,54	7,38
САХАР ПЕСОК	4,800	4,800	0,00	0,00	4,65	18,58
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,900	14,900	2,60	1,30	0,44	24,42
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,700	0,09	0,08	0,00	1,07
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,00	0,00	0,78	3,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,700	0,700	0,08	0,01	0,48	2,27
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
		<b>17,50</b>	<b>18,01</b>	<b>81,13</b>	<b>544,42</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,12</b>	<b>53,65</b>	<b>241,80</b>	<b>1 627,38</b>	

### Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		<b>180/20</b>	<b>9,68</b>	<b>7,62</b>	<b>14,46</b>	<b>156,93</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	28,98	14,49	4,83	272,12
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	2,30	0,22	15,75	73,40
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,00	0,00	10,65	42,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,119 шт.	4,790	0,59	0,53	0,03	7,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,15	0,87	0,20	9,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8%	20,000	20,000	1,24	1,51	2,00	26,77
<b>-ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>190/10</b>	<b>0,23</b>	<b>0,01</b>	<b>10,26</b>	<b>43,70</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	16,700	10,000	0,09	0,01	0,29	3,30
<b>-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ</b>		<b>35</b>	<b>0,99</b>	<b>4,07</b>	<b>17,18</b>	<b>107,40</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,90	39,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
ГРУША		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,00</b>
ГРУША	142,842	100,000	0,40	0,30	10,30	47,00
			<b>11,30</b>	<b>12,00</b>	<b>52,20</b>	<b>355,03</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>ИОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,00</b>	<b>13,04</b>	<b>90,03</b>

ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			<b>2,48</b>	<b>3,00</b>	<b>13,04</b>	<b>90,03</b>
<b>Обед</b>						
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ		50	1,00	4,78	13,16	42,21
СВЕКЛА	53,750	43,000	0,63	0,04	3,67	17,52
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7,500	7,500	0,39	0,02	3,83	17,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200	3,41	3,03	13,78	128,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,000	156,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	71,430	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КРУПА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,31	0,05	3,23	14,54
МОРКОВЬ	10,000	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15,300	13,000	0,10	0,01	0,21	1,64
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,052	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,11	0,66	0,16	6,98
ГОВЯДИНА Б\К	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ		80	8,95	4,60	6,52	131,42
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	84,173	81,000	12,57	0,48	0,00	54,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,200	16,000	0,21	0,03	1,27	6,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16,000	16,000	0,08	12,80	0,13	116,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,208 шт.	8,372	1,03	0,93	0,06	12,75
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,676	0,546	0,02	0,00	0,04	0,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,052	0,052	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	2,90	6,87	24,48	152,80
КАРТОФЕЛЬ	178,570	125,000	2,43	0,49	19,77	93,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
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
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-		180	0,29	0,12	8,90	39,89
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	30,928	30,000	0,29	0,12	2,12	12,80
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>20,84</b>	<b>20,64</b>	<b>95,43</b>	<b>637,90</b>
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200	1,00	2,50	11,10	53,28
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ-0	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		140/20	6,59	7,57	23,41	226,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,36 шт.	94,990	11,70	10,59	0,64	144,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,000	50,000	1,41	1,21	2,33	26,19
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,500	5,000	1,13	1,44	0,00	17,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,380	0,380	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
-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
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		45	5,10	4,27	18,26	117,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,690	0,690	0,09	0,01	0,01	0,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	18,400	16,192	0,06	0,06	1,54	7,38
САХАР ПЕСОК	4,800	4,800	0,00	0,00	4,65	18,58
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,900	14,900	2,60	1,30	0,44	24,42
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,700	0,09	0,08	0,00	1,07
САХАР ПЕСОК	0,800	0,800	0,00	0,00	0,78	3,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,700	0,700	0,08	0,01	0,48	2,27
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
			<b>17,50</b>	<b>18,01</b>	<b>81,13</b>	<b>544,42</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,12</b>	<b>53,65</b>	<b>241,80</b>	<b>1 627,38</b>