

Утверждаю
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

МЕНЮ
14 мая 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 СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,20	5,60	18,70	142,10
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,79	14,30	42,30	288,10
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150	0,00	0,00	15,00	60,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА абрикос	150	150	0,00	0,00	15,00	60,00
			0,00	0,00	15,00	60,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,79	14,30	57,30	348,10

Ясли вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,20	7,30	12,90	177,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,11	6,39
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 СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,60	5,90	24,00	150,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			23,00	16,40	51,70	439,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,00	16,40	51,70	439,50

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,20	5,60	18,70	142,10
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,79	14,30	42,30	288,10
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150	0,00	0,00	15,00	60,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА абрикос	150	150	0,00	0,00	15,00	60,00
			0,00	0,00	15,00	60,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,50	3,30	11,90	96,10
КАРТОФЕЛЬ поздний	103,85	67,5	1,31	0,26	10,67	50,42
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	16,47	14	2,47	2,50	0,00	32,32
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
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		50	11,20	4,90	4,50	108,00
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	68	56	9,72	2,01	0,00	57,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
КАРТОФЕЛЬ поздний	7,69	5	0,10	0,02	0,80	3,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)		150	2,40	6,90	13,40	125,00
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
КАРТОФЕЛЬ поздний	73,85	48	0,93	0,18	7,59	35,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
РЕПА	25,14	18,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,28	1,64	0,38	22,48
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,77	0,05	26,49	110,03
СУХАРИ АБРИКОСОВЫЕ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0,01	0,00	4,55	18,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			22,37	15,95	78,19	548,13
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,20	7,30	12,90	177,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,11	6,39
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 СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,60	5,90	24,00	150,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			23,00	16,40	51,70	439,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,16	46,65	187,19	1 335,73

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	12	11,3	2,62	3,33	0,00	41,13
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	18,8	18,8	1,41	0,55	9,66	49,26
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
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,67	17,90	51,00	354,00
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ		180	0,00	0,00	18,00	72,00
СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА абрикос	180	180	0,00	0,00	18,00	72,00
			0,00	0,00	18,00	72,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,38	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,6	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90
КАРТОФЕЛЬ поздний	108	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	16,47	14	2,47	2,50	0,00	32,32
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
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	17,92	7,84	7,20	172,80
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	108,8	89,6	15,56	3,22	0,00	91,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	14,27	10,7	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ поздний	12,31	8	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)		150	2,40	6,90	13,40	125,10
КАРТОФЕЛЬ поздний	73,85	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
РЕПА	25,14	18,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,29	1,69	0,40	23,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,92	0,05	31,78	132,04
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0,01	0,00	5,46	21,86
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	198	198	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			30,82	19,99	90,58	700,24
Полдник						
ПРЯНИКИ		60	3,60	2,80	45,00	148,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	60	60	3,54	2,82	45,00	219,60
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

МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	135	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ИОГУРТ В ИНД. УПАК.		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ИОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ(0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			7,90	6,13	66,53	290,63
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,39	44,02	226,11	1 416,87

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
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
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,59	17,70	50,60	349,00
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ		180	0,96	0,24	17,80	78,00
СОК для детей старше 6 лет	180	180	0,00	0,00	18,00	72,00
АБРИКОС			0,96	0,24	17,80	78,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,38	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90
КАРТОФЕЛЬ поздний	108	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,3	14	2,85	2,04	0,00	28,52
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
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	17,92	7,84	7,20	172,80
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	108,8	89,6	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	14,27	10,7	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ поздний	12,31	8	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)		150	2,40	6,90	13,40	125,10
КАРТОФЕЛЬ поздний	73,85	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,29	1,69	0,40	23,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,92	0,05	31,78	132,04
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КОРАГА)	18	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0,01	0,00	5,46	21,86
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	198	198	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,88	65,90
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			31,54	20,18	95,28	723,94
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,00	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.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29
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
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,90	2,30	6,50	39,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	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
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,40	7,10	28,80	132,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,9	8,9	0,04	7,12	0,07	64,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,14	0,02	0,02	0,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			29,80	22,60	68,70	528,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,93	60,48	232,58	1 673,84

Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
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
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,59	17,70	50,60	349,00
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ		180	0,96	0,24	17,80	78,00
СОК ДЛЯ ДЕТЕЙ (АБРИКОСОВОЙ ВОЗРАСТ 1-3 ЛЕТА) АБРИКОС	180	180	0,00	0,00	18,00	72,00
			0,96	0,24	17,80	78,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,38	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90
КАРТОФЕЛЬ поздний	108	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,3	14	2,85	2,04	0,00	28,52
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
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	17,92	7,84	7,20	172,80
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	108,8	89,6	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	14,27	10,7	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ поздний	12,31	8	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)		150	2,40	6,90	13,40	125,10
КАРТОФЕЛЬ поздний	73,85	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,29	1,69	0,40	23,18
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,92	0,05	31,78	132,04
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0,01	0,00	5,46	21,86
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	198	198	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,88	65,90
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			31,54	20,18	95,28	723,94
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,00	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.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29
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
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,90	2,30	6,50	39,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
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
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,40	7,10	28,80	132,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,9	8,9	0,04	7,12	0,07	64,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,14	0,02	0,02	0,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			29,80	22,60	68,70	528,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,93	60,48	232,58	1 673,84