

Утверждаю
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

МЕНЮ
15 января 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 ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО		30	0,90	1,60	1,80	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	6,56	0,46	13,71	85,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,30	16,70	2,30	119,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,58	11,41	10,33	0,63	140,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	0,96	0,83	1,60	17,96
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,40	22,80	32,60	295,30
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,00	23,30	48,10	365,80

Ясли вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,54	13,32	12,19	226,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА БК	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
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
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,10	0,01	14,10	54,00
ЛИМОН	12	12	0,11	0,01	0,35	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ(0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			21,74	22,48	62,32	531,94
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21,74	22,48	62,32	531,94

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО		30	0,90	1,60	1,80	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	6,56	0,46	13,71	85,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,30	16,70	2,30	119,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,58	11,41	10,33	0,63	140,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	0,96	0,83	1,60	17,96
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,40	22,80	32,60	295,30
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С		150/10/5	4,18	6,24	5,72	98,47
КАРТОФЕЛЬ поздний	27,69	18	0,35	0,07	2,84	13,44
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
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	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА БК	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,10	15,30	3,50	134,00
ГОВЯДИНА БК	110	80,8	14,58	12,54	0,00	170,86
МОРКОВЬ	22,27	16,7	0,21	0,02	1,12	5,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,12	0,02	0,66	3,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5,80	4,78	26,80	174,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,1	50,1	6,12	1,60	27,75	149,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,08	0,04	6,83	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
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			26,46	26,48	50,25	471,07
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13,54	13,32	12,19	226,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА БК	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
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
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,10	0,01	14,10	54,00
ЛИМОН	12	12	0,11	0,01	0,35	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ(0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			21,74	22,48	62,32	531,94
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,20	72,26	160,67	1 368,81

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО		50	1,50	2,70	3,00	40,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	73	47,5	10,60	0,74	22,16	137,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,40	21,00	2,90	149,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	115,12	14,18	12,84	0,79	175,32
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	43	43	1,21	1,05	2,00	22,52
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0,00	6,78	0,00	61,04
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,10	28,20	34,40	341,50
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1,53	0,53	21,00	96,00
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,53	0,53	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,6	50	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С		215	4,72	7,19	6,91	114,22
КАРТОФЕЛЬ поздний	34,15	22,2	0,43	0,09	3,51	16,58
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	46,3	37	0,65	0,04	1,69	10,05
МОРКОВЬ	12,4	9,3	0,12	0,01	0,62	3,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,08	0,00	0,31	1,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148	148	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА БК	23,4	17,6	3,17	2,74	0,00	37,22
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,5	5,5	0,14	0,81	0,18	10,99
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,2	1,1	0,04	0,00	0,08	0,52
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	21,10	21,30	4,90	176,90
ГОВЯДИНА БК	66,9	56,5	10,19	8,77	0,00	119,47
МОРКОВЬ	15,6	11,7	0,15	0,01	0,79	3,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,5	23,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,20	5,90	33,00	248,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,09	0,04	8,20	34,10
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			35,61	35,05	68,41	650,52
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,32	7,10	28,80	180,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,03	2,03	0,21	0,03	1,38	6,58
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР ПЕСОК	1,92	1,92	0,00	0,00	1,86	7,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,91	8,91	0,04	7,13	0,07	64,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
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
РЯЖЕНКА		200	3,60	2,00	8,40	80,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	200	5,80	5,00	8,40	108,00
			7,92	9,10	37,20	260,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,16	72,88	161,01	1 348,32

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО		50	1,50	2,70	3,00	40,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	73	47,5	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,40	21,00	2,90	149,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	115,115	14,18	12,84	0,79	175,31
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,20	1,04	2,00	22,47
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,1	7,1	0,00	6,88	0,00	61,92
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,10	28,20	34,40	341,50
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С		200/5/1	1,40	4,06	6,16	69,60
КАРТОФЕЛЬ поздний	30	19,5	0,38	0,08	3,08	14,57
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,7	32,5	0,57	0,03	1,48	8,83
МОРКОВЬ	10,93	8,2	0,11	0,01	0,55	2,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,5	0,09	0,01	0,51	2,59
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	9,10	11,30	14,90	196,80
ГОВЯДИНА БК	154	113	20,39	17,54	0,00	238,95
МОРКОВЬ	31,07	23,3	0,29	0,02	1,56	7,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,7	0,16	0,02	0,93	4,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7	0,02	3,76	0,04	34,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,20	5,90	33,00	240,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,12	0,00	8,20	33,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАИХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			20,32	21,88	77,66	617,30
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	16,00	16,10	14,20	314,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,3	106,7	1,86	0,11	4,86	28,98
ГОВЯДИНА БК	79	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,9	0,60	0,09	6,39	28,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,4	14,7	0,20	0,03	1,17	5,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,038	0,75	0,67	0,04	9,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,16	0,90	0,21	12,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,2	2,2	0,08	0,00	0,25	1,41
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,12	0,01	16,90	64,80
ЛИМОН	14,4	14,4	0,13	0,01	0,42	4,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	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		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
ИОГУРТ В ИНД.УПАК		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ИОГУРТ 2.5% ЖИРНОСТИ (0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			22,42	19,94	55,04	539,74
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,44	70,52	182,60	1 569,04

Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО		50	1,50	2,70	3,00	40,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	73	47,5	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,40	21,00	2,90	149,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	115,115	14,18	12,84	0,79	175,31
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,20	1,04	2,00	22,47
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,1	7,1	0,00	6,88	0,00	61,92
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,10	28,20	34,40	341,50
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С		200/5/1	1,40	4,06	6,16	69,60
КАРТОФЕЛЬ поздний	30	19,5	0,38	0,08	3,08	14,57
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,7	32,5	0,57	0,03	1,48	8,83
МОРКОВЬ	10,93	8,2	0,11	0,01	0,55	2,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,5	0,09	0,01	0,51	2,59
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	9,10	11,30	14,90	196,80
ГОВЯДИНА БК	154	113	20,39	17,54	0,00	238,95
МОРКОВЬ	31,07	23,3	0,29	0,02	1,56	7,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,7	0,16	0,02	0,93	4,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7	0,02	3,76	0,04	34,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,20	5,90	33,00	240,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,12	0,00	8,20	33,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАИХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			20,32	21,88	77,66	617,30
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	16,00	16,10	14,20	314,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,3	106,7	1,86	0,11	4,86	28,98
ГОВЯДИНА БК	79	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,9	0,60	0,09	6,39	28,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,4	14,7	0,20	0,03	1,17	5,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,038	0,75	0,67	0,04	9,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,16	0,90	0,21	12,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,2	2,2	0,08	0,00	0,25	1,41
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,12	0,01	16,90	64,80
ЛИМОН	14,4	14,4	0,13	0,01	0,42	4,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	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		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
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ (0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			22,42	19,94	55,04	539,74
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,44	70,52	182,60	1 569,04