

МЕНЮ
17 января 2025 г.

Если 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 ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | | 150 | 2,60 | 2,50 | 18,50 | 128,00 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,5 | 7,5 | 0,51 | 0,08 | 5,38 | 24,23 |
| КРУПА ПШЕНО | 7,5 | 7,5 | 0,83 | 0,19 | 5,12 | 25,61 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18 | 18 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 112,5 | 112,5 | 3,16 | 2,73 | 5,24 | 58,93 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0,02 | 3,60 | 0,04 | 32,65 |
| САХАР ПЕСОК | 4,5 | 4,5 | 0,00 | 0,00 | 4,36 | 17,42 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С МОЛОКОМ | | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАИ 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 |
| | | | 9,19 | 11,20 | 42,10 | 274,00 |
| 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: | | | 9,79 | 11,70 | 57,60 | 344,50 |

Если вечер 4 часа

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая |
|-----------------------------------|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|----------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Полдник | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИИ | | 50 | 0,60 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | | 120 | 4,20 | 6,70 | 23,10 | 192,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,5 | 32,5 | 3,47 | 0,41 | 22,22 | 106,55 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,01 | 1,20 | 0,01 | 10,88 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,4 шт. | 16,1 | 1,98 | 1,79 | 0,11 | 24,52 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 19,4 | 19,4 | 0,54 | 0,48 | 0,90 | 10,17 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0,02 | 3,12 | 0,03 | 28,29 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ | | 160 | 0,07 | 0,01 | 7,19 | 29,37 |
| ЧАИ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ЛИМОН | 6,4 | 5,8 | 0,05 | 0,01 | 0,16 | 1,91 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 147,7 | 147,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 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 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | 50 | 1,70 | 8,10 | 34,00 | 134,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 2,62 | 0,32 | 16,96 | 81,00 |
| САХАР ПЕСОК | 1,3 | 1,3 | 0,00 | 0,00 | 1,26 | 5,03 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0,01 | 0,81 | 0,01 | 7,26 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/31 шт. | 1,29 | 0,16 | 0,15 | 0,01 | 1,97 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,15 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 10 | 10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 2,79 | 1,40 | 0,47 | 26,23 |
| САХАР ПЕСОК | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 0,00 | 1,75 | 6,96 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/25 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| ВАНИЛИН | 0,002 | 0,002 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,11 | 0,01 | 0,68 | 3,24 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/40 шт. | 1,01 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,54 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,19 | 0,00 | 1,75 |
| | | | 7,57 | 15,03 | 72,59 | 398,37 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 7,57 | 15,03 | 72,59 | 398,37 |

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 ИЗ ТПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИЛКЯЯ "ДРУЖБА" | | 150 | 2,60 | 2,50 | 18,50 | 128,00 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,5 | 7,5 | 0,51 | 0,08 | 5,38 | 24,23 |
| КРУПА ПШЕНО | 7,5 | 7,5 | 0,83 | 0,19 | 5,12 | 25,61 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18 | 18 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ | 112,5 | 112,5 | 3,16 | 2,73 | 5,24 | 58,93 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0,02 | 3,60 | 0,04 | 32,65 |
| САХАР ПЕСОК | 4,5 | 4,5 | 0,00 | 0,00 | 4,36 | 17,42 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С МОЛОКОМ | | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАИ 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 |
| | | | 9,19 | 11,20 | 42,10 | 274,00 |
| 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 | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | 40 | 0,60 | 2,30 | 1,20 | 36,50 |
| СВЕКЛА | 50,67 | 38 | 0,55 | 0,04 | 3,24 | 15,48 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0,00 | 2,40 | 0,00 | 21,58 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ | | 150/15 | 4,61 | 4,48 | 10,78 | 102,03 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 92,31 | 60 | 1,16 | 0,23 | 9,49 | 44,81 |
| 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 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б\К | 23,2 | 17,1 | 3,08 | 2,66 | 0,00 | 36,16 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,8 | 1,5 | 0,02 | 0,00 | 0,12 | 0,60 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,024 шт. | 0,96 | 0,12 | 0,11 | 0,01 | 1,46 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,5 | 1,5 | 0,07 | 0,00 | 0,28 | 1,48 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С | | 150 | 6,30 | 9,00 | 10,00 | 224,00 |
| ГОВЯДИНА Б\К | 67,5 | 50 | 9,02 | 7,76 | 0,00 | 105,73 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0,01 | 2,00 | 0,02 | 18,14 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 221,15 | 143,75 | 2,79 | 0,56 | 22,73 | 107,37 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12,5 | 10 | 0,14 | 0,02 | 0,80 | 3,98 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,25 | 1,25 | 0,01 | 1,00 | 0,01 | 9,07 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,25 | 1,25 | 0,01 | 1,00 | 0,01 | 9,07 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,5 | 2,5 | 0,32 | 0,00 | 1,49 | 7,25 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 20 | 0,30 | 0,80 | 1,20 | 14,90 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 9,99 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ | 15 | 15 | 0,76 | 0,05 | 7,42 | 33,76 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 25 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| | | | 13,74 | 16,78 | 39,61 | 514,06 |
| Полдник | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 50 | 0,60 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | | 120 | 4,20 | 6,70 | 23,10 | 192,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,5 | 32,5 | 3,47 | 0,41 | 22,22 | 106,55 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,01 | 1,20 | 0,01 | 10,88 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,4 шт. | 16,1 | 1,98 | 1,79 | 0,11 | 24,52 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ | 19,4 | 19,4 | 0,54 | 0,48 | 0,90 | 10,17 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0,00 | 1,46 | 0,00 | 13,09 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0,02 | 3,12 | 0,03 | 28,29 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ | | 160 | 0,07 | 0,01 | 7,19 | 29,37 |
| ЧАИ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ЛИМОН | 6,4 | 5,8 | 0,05 | 0,01 | 0,16 | 1,91 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 147,7 | 147,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 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 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | 50 | 1,70 | 8,10 | 34,00 | 134,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 2,62 | 0,32 | 16,96 | 81,00 |
| САХАР ПЕСОК | 1,3 | 1,3 | 0,00 | 0,00 | 1,26 | 5,03 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0,01 | 0,81 | 0,01 | 7,26 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/31 шт. | 1,29 | 0,16 | 0,15 | 0,01 | 1,97 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,15 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 10 | 10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 2,79 | 1,40 | 0,47 | 26,23 |
| САХАР ПЕСОК | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 0,00 | 1,75 | 6,96 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/25 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| ВАНИЛИН | 0,002 | 0,002 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,11 | 0,01 | 0,68 | 3,24 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/40 шт. | 1,01 | 0,13 | 0,12 | 0,01 | 1,54 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,19 | 0,00 | 1,75 |
| | | | 7,57 | 15,03 | 72,59 | 398,37 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 31,10 | 43,51 | 169,80 | 1 256,93 |

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 | 40 | | 4,52 | 9,20 | 13,30 | 92,00 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16 | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 200 | | 3,50 | 3,30 | 24,70 | 173,00 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 10 | 0,68 | 0,10 | 7,18 | 32,30 |
| КРУПА ПШЕНО | 10 | 10 | 1,12 | 0,26 | 6,83 | 34,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,22 | 3,64 | 6,98 | 78,57 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0,03 | 4,80 | 0,05 | 43,53 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 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 |
| | | | 11,22 | 15,30 | 51,60 | 342,00 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 150 | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| ГРУША | 167 | 150 | 0,60 | 0,45 | 15,45 | 70,50 |
| | | | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | | 0,80 | 2,90 | 1,50 | 45,60 |
| СВЕКЛА | 63,33 | 47,5 | 0,69 | 0,05 | 4,05 | 19,35 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ | 200/20 | | 5,60 | 5,31 | 11,87 | 117,98 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 101,69 | 66,1 | 1,28 | 0,25 | 10,45 | 49,37 |
| МОРКОВЬ | 8,8 | 6,6 | 0,09 | 0,01 | 0,45 | 2,24 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,9 | 6,6 | 0,09 | 0,01 | 0,52 | 2,63 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,6 | 1,6 | 0,08 | 0,00 | 0,29 | 1,58 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,00 | 1,55 | 0,00 | 13,95 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 115,7 | 115,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА БК | 25,5 | 21,3 | 3,84 | 3,31 | 0,00 | 45,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,2 | 1,8 | 0,03 | 0,00 | 0,15 | 0,72 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 200 | | 8,40 | 12,00 | 13,30 | 269,00 |
| ГОВЯДИНА БК | 90 | 66,7 | 12,04 | 10,35 | 0,00 | 141,05 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,3 | 3,3 | 0,02 | 2,64 | 0,03 | 23,94 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 294,92 | 191,7 | 3,72 | 0,75 | 30,31 | 143,18 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 16,7 | 13,3 | 0,18 | 0,03 | 1,06 | 5,29 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,7 | 1,7 | 0,01 | 1,36 | 0,01 | 12,34 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,7 | 1,7 | 0,01 | 1,36 | 0,01 | 12,34 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3,33 | 3,33 | 0,43 | 0,00 | 1,99 | 9,65 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 50 | | 1,00 | 2,00 | 3,00 | 37,30 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 12,5 | 12,5 | 0,32 | 1,82 | 0,43 | 24,98 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,8 | 3,8 | 0,40 | 0,05 | 2,58 | 12,31 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 37,5 | 37,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | | 0,36 | 0,00 | 7,00 | 102,00 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КОВАЛ) | 18,9 | 18 | 0,91 | 0,05 | 8,90 | 40,51 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 183,6 | 183,6 | 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 | 25 | | 1,88 | 0,75 | 12,90 | 66,00 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| | | | 19,74 | 23,16 | 60,17 | 688,88 |
| Полдник | | | | | | |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 60 | | 2,06 | 9,70 | 41,10 | 195,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 3,14 | 0,38 | 20,34 | 97,19 |
| САХАР ПЕСОК | 1,62 | 1,62 | 0,00 | 0,00 | 1,57 | 6,27 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,37 | 1,37 | 0,01 | 1,10 | 0,01 | 9,94 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/25 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| ДРОЖЖИ | 0,26 | 0,26 | 0,03 | 0,01 | 0,01 | 0,19 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 12 | 12 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,43 | 0,43 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 19 | 18,9 | 3,30 | 1,65 | 0,55 | 30,98 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 0,94 | 0,94 | 0,10 | 0,01 | 0,64 | 3,05 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,94 | 0,94 | 0,00 | 0,76 | 0,01 | 6,82 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/20 шт. | 2,01 | 0,25 | 0,22 | 0,01 | 3,07 |
| САХАР ПЕСОК | 2,14 | 2,14 | 0,00 | 0,00 | 2,08 | 8,28 |
| ВАНИЛИН | 0,003 | 0,003 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 0,86 | 0,86 | 0,09 | 0,01 | 0,58 | 2,78 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/33 шт. | 1,21 | 0,15 | 0,14 | 0,01 | 1,84 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,17 | 0,17 | 0,00 | 0,16 | 0,00 | 1,48 |
| КЕФИР | 200 | | 6,00 | 3,30 | 8,00 | 62,00 |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 207,1 | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 106,00 |
| | | | 8,06 | 13,00 | 49,10 | 257,00 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 39,62 | 51,96 | 176,37 | 1 358,38 |

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 | | 40 | 2,30 | 3,90 | 9,70 | 92,00 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16 | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ ("ДРУЖБА") | | 200 | 6,09 | 8,78 | 26,76 | 211,57 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 10 | 0,68 | 0,10 | 7,18 | 32,30 |
| КРУПА ПШЕНО | 10 | 10 | 1,16 | 0,24 | 6,74 | 33,95 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,22 | 3,64 | 6,98 | 78,57 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0,03 | 4,80 | 0,05 | 43,53 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С МОЛОКОМ | | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАИ ЧЕРНЫЙ БАХОВЫЙ | 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 |
| | | | 11,59 | 15,48 | 50,06 | 380,57 |
| 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 | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | 50 | 0,80 | 2,90 | 1,50 | 45,60 |
| СВЕКЛА | 63,33 | 47,5 | 0,69 | 0,05 | 4,05 | 19,35 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ | | 200/20 | 5,60 | 5,31 | 11,87 | 117,98 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 101,69 | 66,1 | 1,28 | 0,25 | 10,45 | 49,37 |
| МОРКОВЬ | 8,8 | 6,6 | 0,09 | 0,01 | 0,45 | 2,24 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,9 | 6,6 | 0,09 | 0,01 | 0,52 | 2,63 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,6 | 1,6 | 0,08 | 0,00 | 0,29 | 1,58 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,00 | 1,55 | 0,00 | 13,95 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 115,7 | 115,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА БК | 25,5 | 21,3 | 3,84 | 3,31 | 0,00 | 45,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,2 | 1,8 | 0,03 | 0,00 | 0,15 | 0,72 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С | | 200 | 8,40 | 12,00 | 13,30 | 269,00 |
| ГОВЯДИНА БК | 106,87 | 90,2 | 16,28 | 14,00 | 0,00 | 190,74 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0,00 | 1,94 | 0,00 | 17,44 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 229,23 | 149 | 2,89 | 0,58 | 23,56 | 111,29 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,075 шт. | 3,019 | 0,37 | 0,34 | 0,02 | 4,60 |
| СУХАРИ ПЛАНИРОВОЧНЫЕ | 4,5 | 4,5 | 0,57 | 0,00 | 2,69 | 13,05 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 50 | 1,00 | 2,00 | 3,00 | 37,30 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 12,5 | 12,5 | 0,32 | 1,82 | 0,43 | 24,98 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,8 | 3,8 | 0,40 | 0,05 | 2,58 | 12,31 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 37,5 | 37,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 180 | 0,36 | 0,00 | 7,00 | 102,00 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ | 18,9 | 18 | 0,91 | 0,05 | 8,90 | 40,51 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 183,6 | 183,6 | 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 | | 25 | 1,88 | 0,75 | 12,90 | 66,00 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| | | | 19,74 | 23,16 | 60,17 | 688,88 |
| Полдник | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 50 | 0,60 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 50,52 | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | | 150 | 5,30 | 8,40 | 28,90 | 242,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 40,6 | 40,6 | 4,34 | 0,51 | 27,76 | 133,11 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0,01 | 1,45 | 0,01 | 13,06 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,125 | 2,48 | 2,24 | 0,14 | 30,65 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,2 | 24,2 | 0,68 | 0,59 | 1,13 | 12,68 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 1,75 | 0,00 | 15,69 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0,01 | 1,60 | 0,02 | 14,51 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ | | 180/6/7 | 0,12 | 0,00 | 8,52 | 36,00 |
| ЧАИ ЧЕРНЫЙ БАХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ЛИМОН | 7,67 | 7 | 0,06 | 0,01 | 0,20 | 2,31 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 177,7 | 177,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | 70 | 2,40 | 11,30 | 48,00 | 227,50 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 3,67 | 0,45 | 23,74 | 113,39 |
| САХАР ПЕСОК | 1,9 | 1,9 | 0,00 | 0,00 | 1,84 | 7,35 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,01 | 1,28 | 0,01 | 11,61 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,013 | 0,25 | 0,22 | 0,01 | 3,07 |
| ДРОЖЖИ | 0,3 | 0,3 | 0,04 | 0,01 | 0,01 | 0,22 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14 | 14 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 22,2 | 22 | 3,84 | 1,92 | 0,64 | 36,06 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,1 | 1,1 | 0,12 | 0,01 | 0,75 | 3,56 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,1 | 1,1 | 0,01 | 0,88 | 0,01 | 7,98 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,06 шт. | 2,415 | 0,30 | 0,27 | 0,02 | 3,68 |
| САХАР ПЕСОК | 2,5 | 2,5 | 0,00 | 0,00 | 2,43 | 9,68 |
| ВАНИЛИН | 0,003 | 0,003 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,11 | 0,01 | 0,68 | 3,24 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,19 | 0,00 | 1,75 |
| | | | 8,42 | 19,80 | 87,32 | 517,50 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 40,35 | 58,94 | 213,05 | 1 657,45 |

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 | | 40 | 2,30 | 3,90 | 9,70 | 92,00 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16 | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") | | 200 | 6,09 | 8,78 | 26,76 | 211,57 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 10 | 0,68 | 0,10 | 7,18 | 32,30 |
| КРУПА ПШЕНО | 10 | 10 | 1,16 | 0,24 | 6,74 | 33,95 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,22 | 3,64 | 6,98 | 78,57 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0,03 | 4,80 | 0,05 | 43,53 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С МОЛОКОМ | | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 |
| ЧАИ 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 |
| | | | 11,59 | 15,48 | 50,06 | 380,57 |
| 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 | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | 50 | 0,80 | 2,90 | 1,50 | 45,60 |
| СВЕКЛА | 63,33 | 47,5 | 0,69 | 0,05 | 4,05 | 19,35 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ | | 200/20 | 5,60 | 5,31 | 11,87 | 117,98 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 101,69 | 66,1 | 1,28 | 0,25 | 10,45 | 49,37 |
| МОРКОВЬ | 8,8 | 6,6 | 0,09 | 0,01 | 0,45 | 2,24 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,9 | 6,6 | 0,09 | 0,01 | 0,52 | 2,63 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,6 | 1,6 | 0,08 | 0,00 | 0,29 | 1,58 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,00 | 1,55 | 0,00 | 13,95 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 115,7 | 115,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 25,5 | 21,3 | 3,84 | 3,31 | 0,00 | 45,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,2 | 1,8 | 0,03 | 0,00 | 0,15 | 0,72 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С | | 200 | 8,40 | 12,00 | 13,30 | 269,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 106,87 | 90,2 | 16,28 | 14,00 | 0,00 | 190,74 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0,00 | 1,94 | 0,00 | 17,44 |
| КАРТОФЕЛЬ поздний | 229,23 | 149 | 2,89 | 0,58 | 23,56 | 111,29 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,075 шт. | 3,019 | 0,37 | 0,34 | 0,02 | 4,60 |
| СУХАРИ ПЛАНКОВЫЕ | 4,5 | 4,5 | 0,57 | 0,00 | 2,69 | 13,05 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 50 | 1,00 | 2,00 | 3,00 | 37,30 |
| СМЕТАНА 18% ЖИРНОСТИ | 12,5 | 12,5 | 0,32 | 1,82 | 0,43 | 24,98 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,8 | 3,8 | 0,40 | 0,05 | 2,58 | 12,31 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 37,5 | 37,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 180 | 0,36 | 0,00 | 7,00 | 102,00 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ | 18,9 | 18 | 0,91 | 0,05 | 8,90 | 40,51 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 183,6 | 183,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ С БОГ. | 25 | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 25 | 1,88 | 0,75 | 12,90 | 66,00 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 19,74 | 23,16 | 60,17 | 688,88 |
| Полдник | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 50 | 0,60 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 50,52 | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 12,00 |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | | 150 | 5,30 | 8,40 | 28,90 | 242,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 40,6 | 40,6 | 4,34 | 0,51 | 27,76 | 133,11 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0,01 | 1,45 | 0,01 | 13,06 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,125 | 2,48 | 2,24 | 0,14 | 30,65 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,2 | 24,2 | 0,68 | 0,59 | 1,13 | 12,68 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0,00 | 1,75 | 0,00 | 15,69 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0,01 | 1,60 | 0,02 | 14,51 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ | | 180/6/7 | 0,12 | 0,00 | 8,52 | 36,00 |
| ЧАИ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0,04 | 0,00 | 0,08 | 0,49 |
| ЛИМОН | 7,67 | 7 | 0,06 | 0,01 | 0,20 | 2,31 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 177,7 | 177,7 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | 70 | 2,40 | 11,30 | 48,00 | 227,50 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 3,67 | 0,45 | 23,74 | 113,39 |
| САХАР ПЕСОК | 1,9 | 1,9 | 0,00 | 0,00 | 1,84 | 7,35 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0,01 | 1,28 | 0,01 | 11,61 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,013 | 0,25 | 0,22 | 0,01 | 3,07 |
| ДРОЖЖИ | 0,3 | 0,3 | 0,04 | 0,01 | 0,01 | 0,22 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14 | 14 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 22,2 | 22 | 3,84 | 1,92 | 0,64 | 36,06 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,1 | 1,1 | 0,12 | 0,01 | 0,75 | 3,56 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,1 | 1,1 | 0,01 | 0,88 | 0,01 | 7,98 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,06 шт. | 2,415 | 0,30 | 0,27 | 0,02 | 3,68 |
| САХАР ПЕСОК | 2,5 | 2,5 | 0,00 | 0,00 | 2,43 | 9,68 |
| ВАНИЛИН | 0,003 | 0,003 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,11 | 0,01 | 0,88 | 3,24 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,19 | 0,18 | 0,01 | 2,45 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0,00 | 0,19 | 0,00 | 1,75 |
| | | | 8,42 | 19,80 | 87,32 | 517,50 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 40,35 | 58,94 | 213,05 | 1 657,45 |