

Утверждаю
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

МЕНЮ
19 марта 2026 г.

Если утро 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		5,76	4,53	15,89	120,30
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	21,000	21,000	2,50	1,26	12,59	71,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	105,000	105,000	2,96	2,55	4,89	55,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	3,000	3,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
-КАКАО С МОЛОКОМ	180		1,80	1,42	9,06	56,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,000	138,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	44,000	44,000	1,24	1,07	2,05	23,05
КАКАО-ПОРОШОК	2,400	2,400	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20		0,94	3,65	9,50	74,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,000	12,000	0,90	0,35	6,17	31,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,30	0,03	29,92
ПОВИДЛО	5,000	5,000	0,02	0,00	3,30	13,28
МАНДАРИН	95		0,76	0,19	7,13	36,10
МАНДАРИН	135,700	95,000	0,76	0,19	7,13	36,10
			9,26	9,79	41,58	287,91
II Завтрак						
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
			2,05	2,33	10,16	69,93
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,31	12,12	51,74	357,84

Если вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)		40	0,24	0,03	0,51	3,90
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	16,569	16,400	0,18	0,03	0,62	3,94
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,206	20,000	0,16	0,02	0,50	2,80
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	4,800	4,000	0,05	0,00	0,13	0,80
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)		60	8,40	7,76	9,51	130,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	70,664	68,000	10,55	0,40	0,00	45,51
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	9,000	9,000	0,66	0,25	4,49	22,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	12,000	12,000	0,34	0,29	0,56	6,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,111 шт.	4,468	0,55	0,49	0,03	6,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,500	3,500	0,02	2,80	0,03	25,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,320	0,320	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	9,500	9,500	0,27	0,23	0,45	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,700	1,700	0,01	1,36	0,01	12,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,700	1,700	0,17	0,02	1,15	5,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,900	1,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		120	2,05	3,03	15,40	102,46
КАРТОФЕЛЬ	135,710	95,000	1,84	0,37	15,03	70,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	55,000	55,000	1,55	1,34	2,56	28,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,600	1,600	0,01	1,28	0,01	11,61
РИСОВАЯ МУКА	1,300	1,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-		150	0,17	0,02	10,26	45,30
ЛИМОН	29,800	20,000	0,17	0,02	0,58	6,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,000	147,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ВАФЛИ		25	0,70	0,83	19,33	88,50
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25,000	25,000	0,70	0,83	19,33	88,50
			13,22	11,89	65,61	421,15
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,22	11,89	65,61	421,15

Если 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		5,76	4,53	15,89	120,30
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	21,000	21,000	2,50	1,26	12,59	71,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	105,000	105,000	2,96	2,55	4,89	55,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	3,000	3,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
-КАКАО С МОЛОКОМ	180		1,80	1,42	9,06	56,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,000	138,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	44,000	44,000	1,24	1,07	2,05	23,05
КАКАО-ПОРОШОК	2,400	2,400	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20		0,94	3,65	9,50	74,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,000	12,000	0,90	0,35	6,17	31,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,30	0,03	29,92
ПОВИДЛО	5,000	5,000	0,02	0,00	3,30	13,28
МАНДАРИН	95		0,76	0,19	7,13	36,10
МАНДАРИН	135,700	95,000	0,76	0,19	7,13	36,10
			9,26	9,79	41,58	287,91
II Завтрак						
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
			2,05	2,33	10,16	69,93
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,56	3,03	3,20	39,16
СВЕКЛА	47,000	37,600	0,54	0,04	3,21	15,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЬИ) СО СМЕТАНОЙ	200		4,43	4,73	15,56	116,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	32,500	26,000	0,38	0,03	2,22	10,59
КАРТОФЕЛЬ	55,710	39,000	0,76	0,16	6,17	29,13
ЩАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,62	0,07	0,43	4,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,06	0,01	0,36	1,79
РИСОВАЯ МУКА	1,600	1,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,800	3,800	0,00	3,69	0,00	33,14
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,00	0,00	1,65	6,58
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,273 шт.	10,988	1,36	1,22	0,08	16,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60		7,53	3,43	12,79	89,50
ГОВЯДИНА Б/К	58,889	53,000	9,56	8,23	0,00	112,07
КРУПА РИСОВАЯ	4,040	4,000	0,27	0,04	2,87	12,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,300	7,000	0,10	0,01	0,55	2,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,167	0,167	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,01	1,20	0,01	10,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
РИСОВАЯ МУКА	1,200	1,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,000	12,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,128	0,128	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,811	3,200	0,04	0,01	0,25	1,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,320	0,320	0,00	0,25	0,00	2,32
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,600	1,600	0,06	0,00	0,18	1,03
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120		1,61	5,00	10,60	102,10
КАРТОФЕЛЬ	128,570	90,000	1,75	0,35	14,23	67,22
МОРКОВЬ	50,000	40,000	0,50	0,04	2,68	13,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
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
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180		0,69	0,28	15,20	62,30
ШИПОВНИК СУХОЙ	20,000	20,000	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,31	17,18	73,99	492,40
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40		0,24	0,03	0,51	3,90
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	16,569	16,400	0,18	0,03	0,62	3,94
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,206	20,000	0,16	0,02	0,50	2,80
ЛУК ЗЕЛЕНый	4,800	4,000	0,05	0,00	0,13	0,80
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60		8,40	7,76	9,51	130,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	70,664	68,000	10,55	0,40	0,00	45,51
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,000	9,000	0,66	0,25	4,49	22,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	12,000	12,000	0,34	0,29	0,56	6,29

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,111 шт.	4,468	0,55	0,49	0,03	6,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,500	3,500	0,02	2,80	0,03	25,39
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,320	0,320	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	9,600	9,600	0,27	0,23	0,45	5,02
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,700	1,700	0,01	1,36	0,01	12,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,700	1,700	0,17	0,02	1,15	5,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,900	1,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		120	2,05	3,03	15,40	102,46
КАРТОФЕЛЬ	135,710	95,000	1,84	0,37	15,03	70,96
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	55,000	55,000	1,55	1,34	2,56	28,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,600	1,600	0,01	1,28	0,01	11,61
РИСОВАЯ МУКА	1,300	1,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-		150	0,17	0,02	10,26	45,30
ЛИМОН	29,800	20,000	0,17	0,02	0,58	6,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,000	147,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ВАФЛИ		25	0,70	0,83	19,33	88,50
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25,000	25,000	0,70	0,83	19,33	88,50
			13,22	11,89	65,61	421,15
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,84	41,19	191,34	1 271,39

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	7,51	6,09	18,50	156,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	3,10	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150,000	150,000	4,22	3,64	6,98	78,57
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
-КАКАО С МОЛОКОМ		200	1,84	1,47	9,19	58,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	1,32	1,14	2,19	24,62
КАКАО-ПОРОШОК	2,250	2,250	0,52	0,33	0,22	6,31
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		35	0,99	4,07	17,18	107,40
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
МАНДАРИН		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			11,14	11,83	52,37	360,28
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ		110	2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,70	3,79	4,00	48,95
СВЕКЛА	58,750	47,000	0,69	0,05	4,02	19,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,750	3,750	0,00	3,75	0,00	33,71
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ		200	4,43	4,73	15,56	116,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	32,500	26,000	0,38	0,03	2,22	10,59
КАРТОФЕЛЬ	55,710	39,000	0,76	0,16	6,17	29,13
ЩАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,62	0,07	0,43	4,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,06	0,01	0,36	1,79
РИСОВАЯ МУКА	1,600	1,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,02	3,05	0,03	27,57
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,00	0,00	1,65	6,58
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,273 шт.	10,988	1,36	1,22	0,08	16,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)		70	9,09	4,39	13,15	108,03
ГОВЯДИНА Б/К	64,700	58,300	10,51	9,05	0,00	123,28
КРУПА РИСОВАЯ	5,600	5,600	0,38	0,06	4,02	18,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,764	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,400	0,400	0,00	0,32	0,00	2,90
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,07	0,00	0,23	1,28
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,01	6,26	20,32	147,71
КАРТОФЕЛЬ	142,860	100,000	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	32,500	26,000	0,33	0,03	1,74	8,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГО. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ БОГО. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУХОЙ	18,000	18,000	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,95	20,68	95,26	637,89
Полдник						
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)		70/10	7,00	8,27	7,48	126,27
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	114,124	101,000	15,68	0,59	0,00	67,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,000	16,000	0,45	0,39	0,75	8,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,124 шт.	4,991	0,61	0,55	0,03	7,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,700	3,700	0,02	2,96	0,03	26,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,430	0,430	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,750	12,750	0,36	0,31	0,59	6,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,210	2,210	0,01	1,77	0,02	16,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,210	2,210	0,23	0,03	1,49	7,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,550	2,550	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,136	0,136	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	15,385	10,000	0,30	0,02	0,63	3,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГО. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
ВАФЛИ		25	0,70	0,83	19,33	88,50
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25,000	25,000	0,70	0,83	19,33	88,50
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-		180	0,21	0,02	8,44	38,88
ЛИМОН	40,000	24,000	0,21	0,02	0,70	7,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,000	175,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
			8,90	9,25	41,61	284,24
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,47	44,76	202,28	1 372,44

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	7,51	6,09	18,50	156,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	3,10	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	4,78	4,12	7,92	89,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
-КАКАО С МОЛОКОМ		200	1,98	1,55	9,25	59,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	1,32	1,14	2,19	24,62
КАКАО-ПОРОШОК	2,800	2,800	0,66	0,41	0,28	7,85
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		35	0,99	4,07	17,18	107,40
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
МАНДАРИН		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			11,28	11,91	52,43	361,82
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ		110	2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,70	3,79	4,00	48,95
СВЕКЛА	58,750	47,000	0,69	0,05	4,02	19,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,750	3,750	0,00	3,75	0,00	33,71
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЬИЙ) СО СМЕТАНОЙ		200	4,43	4,73	15,56	116,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	32,500	26,000	0,38	0,03	2,22	10,59
КАРТОФЕЛЬ	55,710	39,000	0,76	0,16	6,17	29,13
ШАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,62	0,07	0,43	4,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,06	0,01	0,36	1,79
РИСОВАЯ МУКА	1,600	1,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,02	3,05	0,03	27,57
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,00	0,00	1,65	6,58
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,273 шт.	10,988	1,36	1,22	0,08	16,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)		70	9,09	4,39	13,15	108,03
ГОВЯДИНА Б/К	64,700	58,300	10,51	9,05	0,00	123,28
КРУПА РИСОВАЯ	5,600	5,600	0,38	0,06	4,02	18,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,764	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,400	0,400	0,00	0,32	0,00	2,90
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,07	0,00	0,23	1,28
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,01	6,26	20,32	147,71
КАРТОФЕЛЬ	161,430	113,000	2,19	0,44	17,87	84,40
МОРКОВЬ	57,500	46,000	0,58	0,05	3,07	15,62
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУХОЙ	23,000	23,000	0,76	0,31	10,78	63,36
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,95	20,68	95,26	637,89
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)		50	0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕННЫЙ	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)		80	11,52	7,85	10,26	158,44
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	114,124	101,000	15,68	0,59	0,00	67,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	12,000	12,000	0,87	0,34	5,98	30,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	16,000	16,000	0,45	0,39	0,75	8,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,149 шт.	5,997	0,74	0,67	0,04	9,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,700	4,700	0,02	3,76	0,04	34,11
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,430	0,430	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	12,750	12,750	0,36	0,31	0,59	6,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,210	2,210	0,01	1,77	0,02	16,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,210	2,210	0,23	0,03	1,49	7,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,550	2,550	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,136	0,136	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		150	2,44	8,59	26,64	181,87
КАРТОФЕЛЬ	168,570	118,000	2,29	0,46	18,65	88,13
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,24	0,03	1,56	7,45
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,110	0,110	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-		200	0,23	0,03	7,57	35,99
ЛИМОН	45,000	27,000	0,23	0,03	0,79	8,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196,000	196,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВАФЛИ		30	0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30,000	30,000	0,84	0,99	23,19	106,20
			16,75	17,69	78,99	529,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,46	53,28	239,72	1 619,53

Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	7,51	6,09	18,50	156,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	3,10	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	4,78	4,12	7,92	89,05
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
-КАКАО С МОЛОКОМ		200	1,98	1,55	9,25	59,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	1,32	1,14	2,19	24,62
КАКАО-ПОРОШОК	2,800	2,800	0,66	0,41	0,28	7,85
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		35	0,99	4,07	17,18	107,40
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

МАНДАРИН	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			11,28	11,91	52,43	361,82
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,70	3,79	4,00	48,95
СВЕКЛА	58,750	47,000	0,69	0,05	4,02	19,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,750	3,750	0,00	3,75	0,00	33,71
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200		4,43	4,73	15,56	116,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	32,500	26,000	0,38	0,03	2,22	10,59
КАРТОФЕЛЬ	55,710	39,000	0,76	0,16	6,17	29,13
ШАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,62	0,07	0,43	4,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,06	0,01	0,36	1,79
РИСОВАЯ МУКА	1,600	1,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,02	3,05	0,03	27,57
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,00	0,00	1,65	6,58
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,273 шт.	10,988	1,36	1,22	0,08	16,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70		9,09	4,39	13,15	108,03
ГОВЯДИНА Б/К	64,700	58,300	10,51	9,05	0,00	123,28
КРУПА РИСОВАЯ	5,600	5,600	0,38	0,06	4,02	18,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,764	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,400	0,400	0,00	0,32	0,00	2,90
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,07	0,00	0,23	1,28
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,01	6,26	20,32	147,71
КАРТОФЕЛЬ	161,430	113,000	2,19	0,44	17,87	84,40
МОРКОВЬ	57,500	46,000	0,58	0,05	3,07	15,62
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУХОЙ	23,000	23,000	0,76	0,31	10,78	63,36
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,95	20,68	95,26	637,89
Полдник						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНый	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80		11,52	7,85	10,26	158,44
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	114,124	101,000	15,68	0,59	0,00	67,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	12,000	12,000	0,87	0,34	5,98	30,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,000	16,000	0,45	0,39	0,75	8,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,149 шт.	5,997	0,74	0,67	0,04	9,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,700	4,700	0,02	3,76	0,04	34,11
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,430	0,430	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,750	12,750	0,36	0,31	0,59	6,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,210	2,210	0,01	1,77	0,02	16,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,210	2,210	0,23	0,03	1,49	7,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,550	2,550	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,136	0,136	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150		2,44	8,59	26,64	181,87
КАРТОФЕЛЬ	168,570	118,000	2,29	0,46	18,65	88,13
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,24	0,03	1,56	7,45
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,110	0,110	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200		0,23	0,03	7,57	35,99
ЛИМОН	45,000	27,000	0,23	0,03	0,79	8,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196,000	196,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ВАФЛИ	30		0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30,000	30,000	0,84	0,99	23,19	106,20
			16,75	17,69	78,99	529,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,46	53,28	239,72	1 619,53