

Утверждаю  
Руководитель учреждения  
Г.В. Смирнова

**МЕНЮ**  
**19 апреля 2024 г.**

**Ясли утро 4 часа**

| Наименование блюда                            | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|----------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                |
| <b>Завтрак</b>                                |           |          |                   |              |              |                |
| 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           |
|   |           |          | <b>9,19</b>       | <b>11,20</b> | <b>42,10</b> | <b>274,00</b>  |
| <b>II Завтрак</b>                             |           |          |                   |              |              |                |
| ГРУША СВЕЖАЯ                                  |           | 150      | 0,60              | 0,50         | 15,50        | 70,50          |
| ГРУША   | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45        | 70,50          |
|   |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b> | <b>70,50</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                         |           |          | <b>9,79</b>       | <b>11,70</b> | <b>57,60</b> | <b>344,50</b>  |

**Ясли вечер 4 часа**

| Наименование блюда                | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая |
|-----------------------------------|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|----------------|
|                                   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                |
| <b>Полдник</b>                    |           |          |                   |              |              |                |
| 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           |
|                                   |           |          | <b>7,57</b>       | <b>15,03</b> | <b>72,59</b> | <b>398,37</b>  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>             |           |          | <b>7,57</b>       | <b>15,03</b> | <b>72,59</b> | <b>398,37</b>  |

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                            | Выход     |          | Химический состав |              |               | Энергетическая  |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                 |
| <b>Завтрак</b>                                |           |          |                   |              |               |                 |
| 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 ЖИЛКАЯ "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            |
| 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            |
|   |           |          | <b>9,19</b>       | <b>11,20</b> | <b>42,10</b>  | <b>274,00</b>   |
| <b>II Завтрак</b>                             |           |          |                   |              |               |                 |
| ГРУША СВЕЖАЯ                                  |           | 150      | 0,60              | 0,50         | 15,50         | 70,50           |
| ГРУША   | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45         | 70,50           |
|   |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b>  | <b>70,50</b>    |
| <b>Обед</b>                                   |           |          |                   |              |               |                 |
| 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 БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 25        | 25       | 1,66              | 0,22         | 10,60         | 50,99           |
|   |           |          | <b>13,74</b>      | <b>16,78</b> | <b>39,61</b>  | <b>514,06</b>   |
| <b>Полдник</b>                                |           |          |                   |              |               |                 |
| 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            |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                 |           | 160      | 0,07              | 0,01         | 7,19          | 29,37           |
| ЧАЙ 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 БОГ.                     | 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            |
|   |           |          | <b>7,57</b>       | <b>15,03</b> | <b>72,59</b>  | <b>398,37</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                         |           |          | <b>31,10</b>      | <b>43,51</b> | <b>169,80</b> | <b>1 256,93</b> |

Логопедия 10 часов

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |               |                               |
| 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 ИОДИРОВАННАЯ   | 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                          |
|   |           |          | <b>11,22</b>      | <b>15,30</b> | <b>51,60</b>  | <b>342,00</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |               |                               |
| ГРУША СВЕЖАЯ  | 150       |          | 0,60              | 0,50         | 15,50         | 70,50                         |
| ГРУША   | 167       | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45         | 70,50                         |
|   |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b>  | <b>70,50</b>                  |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |               |                               |
| 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                          |
| САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ С МЯСОМ                             | 200       |          | 8,40              | 12,00        | 13,30         | 269,00                        |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 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 ПЛАНИРОВОЧНЫЕ                                      | 3,33      | 3,33     | 0,43              | 0,00         | 1,99          | 9,65                          |
| 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 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 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 ЯБЛОКИ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)                      | 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                         |
|   |           |          | <b>19,74</b>      | <b>23,16</b> | <b>60,17</b>  | <b>688,88</b>                 |
| <b>Полдник</b>  |           |          |                   |              |               |                               |
| 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 ИОДИРОВАННАЯ   | 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                        |
|   |           |          | <b>8,06</b>       | <b>13,00</b> | <b>49,10</b>  | <b>257,00</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           |          | <b>39,62</b>      | <b>51,96</b> | <b>176,37</b> | <b>1 358,38</b>               |

**Сад 12 часов (1 корпус)**

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |               | Энергетическая  |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                 |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |               |                 |
| 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 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            |
|   |           |          | <b>11,59</b>      | <b>15,48</b> | <b>50,06</b>  | <b>380,57</b>   |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |               |                 |
| ГРУША СВЕЖАЯ  |           | 150      | 0,60              | 0,50         | 15,50         | 70,50           |
| ГРУША   | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45         | 70,50           |
|   |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b>  | <b>70,50</b>    |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |               |                 |
| 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 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 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 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 ПЛАНОВОЧНЫЕ  | 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           |
|   |           |          | <b>19,74</b>      | <b>23,16</b> | <b>60,17</b>  | <b>688,88</b>   |
| <b>Полдник</b>  |           |          |                   |              |               |                 |
| 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 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 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            |
|   |           |          | <b>8,42</b>       | <b>19,80</b> | <b>87,32</b>  | <b>517,50</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           |          | <b>40,35</b>      | <b>58,94</b> | <b>213,05</b> | <b>1 657,45</b> |

**Сад 12 часов (2 корпус)**

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |               | Энергетическая  |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                 |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |               |                 |
| 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            |
|   |           |          | <b>11,59</b>      | <b>15,48</b> | <b>50,06</b>  | <b>380,57</b>   |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |               |                 |
| ГРУША СВЕЖАЯ  |           | 150      | 0,60              | 0,50         | 15,50         | 70,50           |
| ГРУША   | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45         | 70,50           |
|   |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b>  | <b>70,50</b>    |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |               |                 |
| 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 ПЛАНИРОВОЧНЫЕ                                      | 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          |
| 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 С БОГ. 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           |
|   |           |          | <b>19,74</b>      | <b>23,16</b> | <b>60,17</b>  | <b>688,88</b>   |
| <b>Полдник</b>  |           |          |                   |              |               |                 |
| 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            |
|   |           |          | <b>8,42</b>       | <b>19,80</b> | <b>87,32</b>  | <b>517,50</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           |          | <b>40,35</b>      | <b>58,94</b> | <b>213,05</b> | <b>1 657,45</b> |