

Утверждаю
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

МЕНЮ
20 марта 2026 г.

Ясли утро 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		5,06	2,99	15,21	107,97
КРУПА РИСОВАЯ	20,202	20,000	1,36	0,19	14,36	64,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	113,000	113,000	3,18	2,75	5,26	59,19
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,43	9,68
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	2,000	2,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,700	2,700	0,01	2,16	0,02	19,59
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		1,58	1,16	9,24	54,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,000	144,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	48,000	48,000	1,35	1,16	2,23	25,14
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,300	2,300	0,23	0,00	1,20	5,71
-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		0,54	3,36	6,77	60,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,30	0,03	29,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	15		1,85	1,68	0,11	22,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.373 шт.	15,013	1,85	1,68	0,11	22,86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,38	0,38	9,31	44,65
ЯБЛОКИ	107,900	95,000	0,38	0,38	9,31	44,65
			9,41	9,57	40,64	289,91
II Завтрак						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-	110		2,14	2,36	10,14	69,99
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЖИРНОСТИ ЯБЛОКО-ГРУША (АГУША ОТ 6 МЕС.)	110,000	110,000	3,19	2,97	11,77	86,90
			2,14	2,36	10,14	69,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,55	11,93	50,78	359,90

Ясли вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30		0,48	1,14	2,30	24,78
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	24,000	24,000	0,43	0,02	0,72	5,52
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	4,313	3,450	0,04	0,00	0,11	0,69
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,50	5,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,50	0,00	13,49
-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60		6,46	4,54	5,03	82,89
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	72,043	67,000	11,63	2,41	0,00	82,54
РИСОВАЯ МУКА	3,400	3,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3		1,40	3,30	16,75	110,63
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	22,000	22,000	2,35	0,28	15,04	72,13
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 ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,09	1,70	9,32	61,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	70,000	70,000	1,97	1,70	3,26	36,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,000	75,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,614	0,614	0,12	0,00	0,25	1,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,400	32,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ	45		1,99	2,90	19,76	99,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,589	18,589	1,95	0,23	12,60	60,23
САХАР ПЕСОК	0,986	0,986	0,00	0,00	0,95	3,81
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	0,841	0,841	0,00	0,67	0,01	6,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,023 шт.	0,926	0,12	0,11	0,01	1,41
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,290	0,290	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,604	0,604	0,08	0,01	0,01	0,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,482	7,482	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	21,094	18,227	0,07	0,07	1,74	8,31
САХАР ПЕСОК	5,288	5,288	0,00	0,00	5,12	20,47
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,300	0,300	0,03	0,00	0,20	0,97
			13,74	13,76	61,64	420,35
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,74	13,76	61,64	420,35

Если 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		5,06	2,99	15,21	107,97
КРУПА РИСОВАЯ	20,202	20,000	1,36	0,19	14,36	64,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	113,000	113,000	3,18	2,75	5,26	59,19
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,43	9,68
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	2,000	2,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,700	2,700	0,01	2,16	0,02	19,59
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		1,58	1,16	9,24	54,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,000	144,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	48,000	48,000	1,35	1,16	2,23	25,14
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,300	2,300	0,23	0,00	1,20	5,71
-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		0,54	3,36	6,77	60,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,30	0,03	29,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	15		1,85	1,68	0,11	22,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,373 шт.	15,013	1,85	1,68	0,11	22,86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,38	0,38	9,31	44,65
ЯБЛОКИ	107,900	95,000	0,38	0,38	9,31	44,65
			9,41	9,57	40,64	289,91
II Завтрак						
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-	110		2,14	2,36	10,14	69,99
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЖИРНОСТИ ЯБЛОКО-ГРУША (АГУША ОТ 6 МЕС.)	110,000	110,000	3,19	2,97	11,77	86,90
			2,14	2,36	10,14	69,99
Обед						
-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30		0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30,000	30,000	0,24	0,03	0,51	3,90
-СУП ОВОЩНОЙ	180/1		2,03	3,40	16,73	102,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	65,385	34,000	0,82	0,10	1,39	9,89
КАРТОФЕЛЬ	65,710	46,000	0,89	0,17	7,28	34,36
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	12,000	9,000	0,12	0,00	0,43	2,27
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	6,615	4,300	0,13	0,01	0,27	1,67
МОРКОВЬ	11,250	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,952	5,000	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,400	1,400	0,01	1,13	0,01	10,16
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,360	0,360	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП	1,351	1,000	0,03	0,01	0,06	0,39
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		6,22	7,10	8,50	104,44
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	49,450	45,000	10,91	4,28	0,00	85,12
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,800	10,800	0,79	0,30	5,38	27,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,01	2,00	0,02	18,14
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,000	6,000	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	120		3,76	4,52	16,36	121,66
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	163,462	85,000	2,07	0,25	3,46	24,74
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	29,000	29,000	0,81	0,71	1,35	15,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
РИСОВАЯ МУКА	6,000	6,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,429	0,429	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	11,000	11,000	1,41	0,00	6,57	31,88
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 ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,87	0,17	17,63	75,08
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,87	0,17	17,63	75,08
			16,32	16,13	81,06	513,95
Полдник						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30		0,48	1,14	2,30	24,78
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	24,000	24,000	0,43	0,02	0,72	5,52
ЛУК ЗЕЛЕНый	4,313	3,450	0,04	0,00	0,11	0,69
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,50	5,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,50	0,00	13,49
-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60		6,46	4,54	5,03	82,89
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	72,043	67,000	11,63	2,41	0,00	82,54
РИСОВАЯ МУКА	3,400	3,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3		1,40	3,30	16,75	110,63
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	22,000	22,000	2,35	0,28	15,04	72,13
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 ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,09	1,70	9,32	61,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70,000	70,000	1,97	1,70	3,26	36,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,000	75,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,614	0,614	0,12	0,00	0,25	1,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,400	32,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ	45		1,99	2,90	19,76	99,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,589	18,589	1,95	0,23	12,60	60,23
САХАР ПЕСОК	0,986	0,986	0,00	0,00	0,95	3,81
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	0,841	0,841	0,00	0,67	0,01	6,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,023 шт.	0,926	0,12	0,11	0,01	1,41
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,290	0,290	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,604	0,604	0,08	0,01	0,01	0,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,482	7,482	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ	21,094	18,227	0,07	0,07	1,74	8,31
САХАР ПЕСОК	5,288	5,288	0,00	0,00	5,12	20,47
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,300	0,300	0,03	0,00	0,20	0,97
			13,74	13,76	61,64	420,35
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,61	41,82	193,48	1 294,20

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,52	2,37	19,74	117,97
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	1,77	0,25	18,66	83,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	4,28	3,69	7,08	79,62
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"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,01	1,77	0,02	15,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	62,000	62,000	1,75	1,50	2,89	32,48
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,250	2,250	0,22	0,00	1,17	5,59
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,80	5,75	9,75	103,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			11,59	12,15	52,20	369,23
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50		0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50,000	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
-СУП ОВОЩНОЙ	200		2,25	3,27	15,18	119,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	73,077	38,000	0,92	0,11	1,55	11,06
КАРТОФЕЛЬ	74,290	52,000	1,01	0,20	8,23	38,84
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	14,667	11,000	0,14	0,00	0,52	2,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,385	4,800	0,15	0,01	0,30	1,86
МОРКОВЬ	12,500	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,143	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70		9,44	6,91	9,16	135,00
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	56,703	51,600	12,51	4,90	0,00	97,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,405	7,900	0,11	0,02	0,63	3,14
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	5,600	5,600	0,41	0,16	2,79	14,23
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	10,000	10,000	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,500	7,500	0,96	0,00	4,47	21,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130		3,69	8,62	29,39	168,04

КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	176,923	92,000	2,23	0,27	3,74	26,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,000	30,000	0,84	0,73	1,40	15,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
РИСОВАЯ МУКА	6,500	6,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12,000	12,000	1,53	0,00	7,16	34,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			21,30	20,31	103,47	659,38
Полдник						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		150	7,04	9,12	27,35	220,92
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	47,000	47,000	5,01	0,59	32,15	154,09
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,500	5,000	1,13	1,44	0,00	17,65
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
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
-ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,07	0,00	5,95	24,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,340	0,340	0,07	0,00	0,14	0,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,800	37,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
			8,10	9,25	39,66	275,54
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,91	44,71	208,39	1 394,13

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге- тическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,52	2,37	19,74	117,97
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	1,77	0,25	18,66	83,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	4,28	3,69	7,08	79,62
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"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,01	1,77	0,02	15,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,000	132,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,000	82,000	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,800	2,800	0,28	0,00	1,46	6,95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,80	5,75	9,75	103,08
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,000	22,000	1,65	0,64	11,31	57,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			11,59	12,15	52,20	369,23
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50		0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50,000	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
-СУП ОВОЩНОЙ	200		2,25	3,27	15,18	119,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	73,077	38,000	0,92	0,11	1,55	11,06
КАРТОФЕЛЬ	74,290	52,000	1,01	0,20	8,23	38,84
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	14,667	11,000	0,14	0,00	0,52	2,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,385	4,800	0,15	0,01	0,30	1,86
МОРКОВЬ	12,500	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,143	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,01	1,20	0,01	10,88
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75		9,36	7,10	8,50	135,00
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	61,500	56,000	13,58	5,32	0,00	105,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,500	13,500	0,98	0,38	6,73	34,31
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,000	19,000	0,53	0,47	0,88	9,95
ФЕРМЕНТ ЛАКТАЗА ПОЛЯРИС 3500	0,012	0,012	0,00	0,00	0,00	0,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,500	7,500	0,96	0,00	4,47	21,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44

ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50		0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	50,000	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
-СУП ОВОЩНОЙ	200		2,25	3,27	15,18	119,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	73,077	38,000	0,92	0,11	1,55	11,06
КАРТОФЕЛЬ	74,290	52,000	1,01	0,20	8,23	38,84
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	14,667	11,000	0,14	0,00	0,52	2,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,385	4,800	0,15	0,01	0,30	1,86
МОРКОВЬ	12,500	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,143	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,01	1,20	0,01	10,88
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75		9,36	7,10	8,50	135,00
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	61,500	56,000	13,58	5,32	0,00	105,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,500	13,500	0,98	0,38	6,73	34,31
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,000	19,000	0,53	0,47	0,88	9,95
ФЕРМЕНТ ЛАКТАЗА ПОЛЯРИС 3500	0,012	0,012	0,00	0,00	0,00	0,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,500	7,500	0,96	0,00	4,47	21,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130		3,69	8,62	29,39	168,04
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	176,923	92,000	2,23	0,27	3,74	26,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,000	30,000	0,84	0,73	1,40	15,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
РИСОВАЯ МУКА	6,500	6,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12,000	12,000	1,53	0,00	7,16	34,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,63	1,02	17,99	91,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	2,63	1,02	17,99	91,70
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
			21,22	20,50	102,81	659,38
Полдник						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50		0,80	2,55	4,64	31,50
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58,000	40,500	0,73	0,04	1,22	9,32
ЛУК ЗЕЛЕНый	6,500	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80		8,33	5,44	9,87	152,01
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	72,043	67,000	11,63	2,41	0,00	82,54
РИСОВАЯ МУКА	4,500	4,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,300	5,300	0,00	5,13	0,00	46,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		1,65	3,50	22,29	147,17
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,000	32,000	3,41	0,41	21,88	104,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
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 ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	64,000	64,000	1,80	1,55	2,98	33,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,000	83,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,675	0,675	0,14	0,00	0,27	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45		2,07	3,20	20,77	101,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	2,01	0,24	13,02	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	1,34	5,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	1,66	0,02	15,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕННЫЕ	0,690	0,690	0,09	0,01	0,01	0,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОВИДЛО	16,000	16,000	0,06	0,00	10,24	41,23
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
			16,73	17,67	78,99	540,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,46	53,32	247,06	1 659,18