

Утверждают
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

МЕНЮ
25 декабря 2025 г.

Ясли утро 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02 31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02 22,44
БАТОН НАРЕЗНЫЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ СОРТ ОВОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22 41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ТЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78 78,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68 41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90 11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04 36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25 5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81 23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19 47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00
		9,20	11,80	46,80	280,00
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00 96,00
		1,50	0,50	21,00	96,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		10,70	12,30	67,80	376,00

Ясли вечер 4 часа

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,54	13,32	12,19	226,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13 24,64
ГОВЯДИНА Б/К	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00 119,90
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45 24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00 4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03 26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04 7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17 10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02 4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00 0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35 1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00 13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00 0,00
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
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГ	15	15	0,99	0,13	6,36 30,59
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,30	6,00	24,20	134,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	20,5	20,5	2,14	0,26	13,90 66,42
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46 5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02 15,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01 3,07
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00 0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00 0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68 3,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23 7,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00 13,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,056 шт.	2,26	0,28	0,25	0,02 3,44
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00 6,10
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02 0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00 1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01 1,54
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ	125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ(0,125л)	125	3,50	3,13	5,64	70,64
	20,44	22,67	66,52	535,14	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	20,44	22,67	66,52	535,14	

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,20	0,46	8,22
ОВОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ					41,92
КАША ОВСЯННАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ТЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00
		9,20	11,80	46,80	280,00
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00
		1,50	0,50	21,00	96,00
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,20	6,22	7,93	107,18
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54
КАРТОФЕЛЬ поздний	18,46	12	0,23	0,05	1,90
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,00	0,40	0,00	139,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	79,2	76,8	11,92	0,45	0,00
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0,03	0,00	0,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,03	0,00	0,19
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	157,85	102,6	1,98	0,40	16,22
МОЛОСКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,50	0,44	0,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,19	29,36
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13
ЛИМОН	4,1	3,5	0,03	0,00	0,11
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,7	147,7	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	20	20	1,32	0,18	8,48
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	15	15	1,13	0,44	7,71
		20,87	12,26	50,32	492,84
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,54	13,32	12,19	226,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13
ГОВЯДИНА Б/К	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	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
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,30	6,00	24,20	134,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	20,5	20,5	2,14	0,26	13,90
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01
ДРОЖКИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,056 шт.	2,26	0,28	0,25	0,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ	125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ(0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64
		20,44	22,67	66,52	535,14
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		52,01	47,23	184,64	1 403,98

Логопедия 10 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ ОВОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
		10,90	14,20	52,90	363,00	
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1,53	0,53	21,00	96,00
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
		1,53	0,53	21,00	96,00	
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,34	6,52	8,86	114,31
СВЕКЛА	36	27	0,40	0,03	2,31	11,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	16,8	13,4	0,23	0,01	0,61	3,64
КАРТОФЕЛЬ поздний	20,62	13,4	0,26	0,05	2,11	10,01
МОРКОВЬ	11,25	8,44	0,11	0,01	0,56	2,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	14,70	0,50	0,00	175,30
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	113,6	100,8	15,65	0,58	0,00	67,46
МОРКОВЬ	4,27	3,2	0,04	0,00	0,21	1,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	3,2	0,04	0,01	0,25	1,27
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	1,00	1,20	14,80
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	4,66
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
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,20	5,00	21,30	147,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	196,92	128	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАИХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ЛИМОН	11,67	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
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ ОВОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
		26,24	13,82	61,66	597,31	
Полдник						
РЯЖЕНКА		200	5,80	5,00	8,40	101,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ		206	200	5,80	8,40	108,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		65	3,03	7,80	31,50	180,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	26,6	26,6	2,78	0,34	18,03	86,17
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0,00	0,00	1,84	7,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,1	7,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	8	8	0,83	0,10	5,42	25,92
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	44	35,1	0,61	0,04	1,60	9,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,04	0,00	18,31
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
ПЕТРУШКА (зелень)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
		8,83	12,80	39,90	281,00	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,50	41,35	175,46	1 337,31	

Сад 12 часов (1 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28
КАША ОВСЯННАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00
ОВСЯННЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,54	1,78	17,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00
		12,74	16,20	44,10	357,00
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,9	100	1,50	0,50	21,00
		1,50	0,50	21,00	96,00
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	126,00
СВЕКЛА	33,33	25	0,37	0,03	2,13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5	0,22	0,01	0,57
КАРТОФЕЛЬ поздний	19,23	12,5	0,24	0,05	1,98
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,7	4,7	0,16	0,00	0,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	16	2,89	2,48	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	165,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	113,6	100,8	17,69	0,29	0,00
МОРКОВЬ	4,27	3,2	0,04	0,00	0,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	3,2	0,04	0,01	0,25
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	196,92	128	2,48	0,49	20,23
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08
ЛИМОН	7,67	7	0,06	0,01	0,20
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	25	25	1,66	0,22	10,60
МИКРОНУТРИЕНТАМИ					50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28
ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ					52,40
		27,50	15,60	63,12	598,70
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,40	14,40	12,84	191,20
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,68	0,10	4,37
ГОВЯДИНА Б/К	71,1	60	10,83	9,31	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	8,1	8	0,54	0,08	5,74
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	13,2	0,17	0,03	1,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,15	0,81	0,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,07	0,00	0,23
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20
ГРУША	40	36	0,14	0,11	3,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	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
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,50	9,00	36,30	201,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	36,7	36,7	3,84	0,47	24,88
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0,00	0,00	2,51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,4	0,4	0,05	0,01	0,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,74	1,74	0,18	0,02	1,18
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,75	1,75	0,00	1,70	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЬЬ)	0,35	0,25	0,01	0,00	0,12
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ (0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64
		22,52	26,77	82,88	582,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		64,26	59,07	211,10	1 633,74

Сад 12 часов (2 корпус)

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08
БАТОН НАРЕЗНЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28
КАША ОВСЯННАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00
ОВСЯННЫЕ ХЛОПЬЯ "ТЕРКУЛЕС"	29,7	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00
		12,74	16,20	44,10	357,00
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,9	100	1,50	0,50	21,00
		1,50	0,50	21,00	96,00
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	126,00
СВЕКЛА	33,33	25	0,37	0,03	2,13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5	0,22	0,01	0,57
КАРТОФЕЛЬ поздний	19,23	12,5	0,24	0,05	1,98
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,7	4,7	0,16	0,00	0,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	16	2,89	2,48	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	165,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	113,6	100,8	17,69	0,29	0,00
МОРКОВЬ	4,27	3,2	0,04	0,00	0,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	3,2	0,04	0,01	0,25
СОСС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00
КАРТОФЕЛЬ поздний	196,92	128	2,48	0,49	20,23
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08
ЛИМОН	7,67	7	0,06	0,01	0,20
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН НАРЕЗНЫЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	25	25	1,66	0,22	10,60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАР БЫСНОИ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,50	0,58	10,28
ОБОГ. МИКРОНУКЛЕИНАМИ					52,40
		27,50	15,60	63,12	598,70
Полдник					
ГОЛУБЫЙ ЛЕННИНЫЕ	180	14,40	14,40	12,84	191,20
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,68	0,10	4,37
ГОВЯДИНА Б/К	71,1	60	10,83	9,31	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	8,1	8	0,54	0,08	5,74
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	13,2	0,17	0,03	1,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,15	0,81	0,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,07	0,00	0,23
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20
ГРУША	40	36	0,14	0,11	3,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	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
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И	75	3,50	9,00	36,30	201,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	36,7	36,7	3,84	0,47	24,88
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0,00	0,00	2,51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,4	0,4	0,05	0,01	0,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,74	1,74	0,18	0,02	1,18
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,75	1,75	0,00	1,70	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,35	0,25	0,01	0,00	0,02
СОЛЬ ИДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
ИОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,64	70,64
ИОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ (0,125л)	125	125	3,50	3,13	5,64
		22,52	26,77	82,88	582,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		64,26	59,07	211,10	1 633,74