

Утверждаю  
Руководитель учреждения  
Г.В. Смирнова

МЕНЮ  
30 декабря 2025 г.

Ясли утро 4 часа

| Наименование блюда                 | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                    | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                  |           | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00       | 69,00          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                     | 10,6      | 10       | 2,32              | 2,95    | 0,00        | 36,40          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20        | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ       |           | 155      | 3,80              | 6,10    | 20,90       | 154,00         |
| КРУПА РИСОВАЯ                      | 23        | 23       | 1,56              | 0,22    | 16,51       | 74,29          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                      | 53        | 53       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ       | 79        | 79       | 2,22              | 1,92    | 3,68        | 41,38          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                  | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 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          |
| 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           |
|                                    |           |          | 10,39             | 14,80   | 44,50       | 300,00         |
| II Завтрак                         |           |          |                   |         |             |                |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                     |           | 150      | 0,00              | 0,00    | 15,00       | 60,00          |
| СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА персик          | 150       | 150      | 0,00              | 0,00    | 15,00       | 60,00          |
|                                    |           |          | 0,00              | 0,00    | 15,00       | 60,00          |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                     |           |          | 10,39             | 14,80   | 59,50       | 360,00         |

Ясли вечер 4 часа

| Наименование блюда                | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|-----------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Полдник                           |           |          |                   |         |             |                |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ        |           | 50       | 8,30              | 5,33    | 0,20        | 81,00          |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                  | 47,6      | 45,8     | 7,11              | 0,26    | 0,00        | 30,65          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 15        | 15       | 0,43              | 0,37    | 0,70        | 7,86           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 11,9      | 10       | 0,14              | 0,02    | 0,80        | 3,98           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,3       | 3,3      | 0,02              | 2,64    | 0,03        | 23,94          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                 | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                 |           | 110      | 2,38              | 3,70    | 15,70       | 107,00         |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                 | 144,69    | 94,05    | 1,82              | 0,37    | 14,87       | 70,25          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 17,42     | 16,5     | 0,47              | 0,40    | 0,77        | 8,64           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,85      | 3,85     | 0,02              | 3,08    | 0,03        | 27,94          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                 | 0,18      | 0,18     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК            |           | 150      | 0,10              | 0,10    | 18,10       | 75,00          |
| ЯБЛОКИ                            | 33,33     | 30       | 0,12              | 0,12    | 2,85        | 13,68          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 125       | 125      | 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 ОБОГ.        | 15        | 15       | 0,99              | 0,13    | 6,36        | 30,59          |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                  |           | 50       | 2,00              | 4,60    | 24,10       | 164,00         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 38,5      | 38,5     | 4,04              | 0,49    | 26,10       | 124,73         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 1,5       | 1,5      | 0,16              | 0,02    | 1,02        | 4,86           |
| ДРОЖЖИ                            | 0,12      | 0,12     | 0,02              | 0,00    | 0,00        | 0,09           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 20        | 20       | 0,56              | 0,49    | 0,93        | 10,48          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                 | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,58    | 0,00        | 5,23           |
|                                   |           |          | 13,78             | 13,85   | 64,50       | 458,00         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                    |           |          | 13,78             | 13,85   | 64,50       | 458,00         |

## Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                                        | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                                                           | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                         |           | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00       | 69,00          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                            | 10,6      | 10       | 2,32              | 2,95    | 0,00        | 36,40          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ                                        | 20        | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ                                              |           | 155      | 3,80              | 6,10    | 20,90       | 154,00         |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 23        | 23       | 1,56              | 0,22    | 16,51       | 74,29          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 53        | 53       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 79        | 79       | 2,22              | 1,92    | 3,68        | 41,38          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 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          |
| 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           |
|                                                                           |           |          | 10,39             | 14,80   | 44,50       | 300,00         |
| II Завтрак                                                                |           |          |                   |         |             |                |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                            |           | 150      | 0,00              | 0,00    | 15,00       | 60,00          |
| СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА персик                                                 | 150       | 150      | 0,00              | 0,00    | 15,00       | 60,00          |
|                                                                           |           |          | 0,00              | 0,00    | 15,00       | 60,00          |
| Обед                                                                      |           |          |                   |         |             |                |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                            |           | 40       | 0,40              | 0,10    | 1,50        | 9,60           |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                                          | 42,3      | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60           |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 150/10/1 | 3,20              | 4,00    | 5,00        | 92,40          |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 69,23     | 45       | 0,87              | 0,17    | 7,12        | 33,61          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                              | 6         | 6        | 0,64              | 0,08    | 4,10        | 19,67          |
| 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                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ                                                       | 16,47     | 14       | 2,47              | 2,50    | 0,00        | 32,32          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                         | 1,1       | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               |           | 160      | 15,50             | 17,00   | 17,60       | 216,00         |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ                                                            | 121       | 100      | 17,36             | 3,59    | 0,00        | 101,85         |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 20,3      | 20,3     | 1,38              | 0,19    | 14,57       | 65,57          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 48        | 40,5     | 0,55              | 0,08    | 3,22        | 16,11          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 4,3       | 4,3      | 0,02              | 3,44    | 0,03        | 31,20          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 1/5 шт.   | 8,05     | 0,99              | 0,90    | 0,06        | 12,26          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 1/20 шт.  | 2,01     | 0,25              | 0,22    | 0,01        | 3,07           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,9       | 0,9      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                               |           | 150      | 0,50              | 0,20    | 18,30       | 77,30          |
| ШИПОВНИК СУХОЙ                                                            | 15        | 15       | 0,49              | 0,20    | 7,03        | 41,32          |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 5         | 5        | 0,00              | 0,00    | 4,84        | 19,35          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 150       | 150      | 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          |
| 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        | 39,30          |
|                                                                           |           |          | 21,70             | 21,92   | 56,50       | 465,60         |
| Полдник                                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ                                                |           | 50       | 8,30              | 5,33    | 0,20        | 81,00          |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                                          | 47,6      | 45,8     | 7,11              | 0,26    | 0,00        | 30,65          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 15        | 15       | 0,43              | 0,37    | 0,70        | 7,86           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 11,9      | 10       | 0,14              | 0,02    | 0,80        | 3,98           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 3,3       | 3,3      | 0,02              | 2,64    | 0,03        | 23,94          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                         |           | 110      | 2,38              | 3,70    | 15,70       | 107,00         |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 144,69    | 94,05    | 1,82              | 0,37    | 14,87       | 70,25          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 17,42     | 16,5     | 0,47              | 0,40    | 0,77        | 8,64           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 3,85      | 3,85     | 0,02              | 3,08    | 0,03        | 27,94          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,18      | 0,18     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                                    |           | 150      | 0,10              | 0,10    | 18,10       | 75,00          |
| ЯБЛОКИ                                                                    | 33,33     | 30       | 0,12              | 0,12    | 2,85        | 13,68          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 125       | 125      | 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 ОБОГ.                                                | 15        | 15       | 0,99              | 0,13    | 6,36        | 30,59          |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          |           | 50       | 2,00              | 4,60    | 24,10       | 164,00         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 38,5      | 38,5     | 4,04              | 0,49    | 26,10       | 124,73         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 1,5       | 1,5      | 0,16              | 0,02    | 1,02        | 4,86           |
| ДРОЖЖИ                                                                    | 0,12      | 0,12     | 0,02              | 0,00    | 0,00        | 0,09           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 20        | 20       | 0,56              | 0,49    | 0,93        | 10,48          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,58    | 0,00        | 5,23           |
|                                                                           |           |          | 13,78             | 13,85   | 64,50       | 458,00         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                            |           |          | 45,87             | 50,57   | 180,50      | 1 283,60       |

## Логопедия 10 часов

| Наименование блюда                                                        | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность<br>, ккал |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|--------------------------------------|
|                                                                           | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                      |
| Завтрак                                                                   |           |          |                   |         |             |                                      |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                         |           | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00       | 69,00                                |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                            | 12        | 11,3     | 2,62              | 3,33    | 0,00        | 41,13                                |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ              | 18,8      | 18,8     | 1,41              | 0,55    | 9,66        | 49,26                                |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                                 |           | 205      | 5,07              | 8,10    | 27,90       | 205,00                               |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 29,7      | 29,7     | 2,02              | 0,29    | 21,32       | 95,93                                |
| 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 ЙОДИРОВАННАЯ                                                         | 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                                |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             |           | 180      | 3,20              | 2,80    | 13,60       | 77,00                                |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                                       | 0,4       | 0,4      | 0,08              | 0,00    | 0,16        | 0,96                                 |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 6         | 6        | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22                                |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 92        | 92       | 2,59              | 2,23    | 4,29        | 48,19                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 60        | 60       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
|                                                                           |           |          | 11,66             | 17,80   | 51,50       | 351,00                               |
| II Завтрак                                                                |           |          |                   |         |             |                                      |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                            |           | 180      | 0,00              | 0,00    | 18,00       | 72,00                                |
| СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА персик                                                 | 180       | 180      | 0,00              | 0,00    | 18,00       | 72,00                                |
|                                                                           |           |          | 0,00              | 0,00    | 18,00       | 72,00                                |
| Обед                                                                      |           |          |                   |         |             |                                      |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                            |           | 50       | 0,50              | 0,13    | 1,90        | 12,00                                |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                                          | 50,52     | 50       | 0,55              | 0,10    | 1,90        | 12,00                                |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 200/10/1 | 4,20              | 5,20    | 6,60        | 121,00                               |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 103,08    | 67       | 1,30              | 0,26    | 10,59       | 50,04                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                              | 6,7       | 6,7      | 0,72              | 0,09    | 4,58        | 21,97                                |
| МОРКОВЬ                                                                   | 8,93      | 6,7      | 0,09              | 0,01    | 0,45        | 2,28                                 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 8         | 6,7      | 0,09              | 0,01    | 0,53        | 2,67                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 1,7       | 1,7      | 0,00              | 1,65    | 0,00        | 14,82                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 117       | 117      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ                                                       | 16,47     | 14       | 2,47              | 2,50    | 0,00        | 32,32                                |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                         | 1,1       | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                                 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               |           | 200      | 19,30             | 21,00   | 22,00       | 355,00                               |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ                                                            | 136,3     | 126,5    | 21,96             | 4,54    | 0,00        | 128,85                               |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 25,8      | 25,5     | 1,74              | 0,25    | 18,30       | 82,37                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 60,3      | 50,5     | 0,69              | 0,10    | 4,02        | 20,09                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 5,5       | 5,5      | 0,03              | 4,40    | 0,04        | 39,91                                |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 0,3 шт.   | 12,08    | 1,48              | 1,35    | 0,08        | 18,40                                |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 0,06 шт.  | 2,42     | 0,30              | 0,27    | 0,02        | 3,69                                 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                               |           | 180      | 0,60              | 0,24    | 22,00       | 93,00                                |
| ШИПОВНИК СУХОЙ                                                            | 18        | 18       | 0,59              | 0,24    | 8,43        | 49,59                                |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 6         | 6        | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 180       | 180      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                                      |           | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40        | 31,00                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                            | 15        | 15       | 0,99              | 0,13    | 6,36        | 30,59                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                         |           | 15       | 1,10              | 0,50    | 7,70        | 39,30                                |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ              | 15        | 15       | 1,13              | 0,44    | 7,71        | 39,30                                |
|                                                                           |           |          | 26,70             | 27,19   | 66,60       | 651,30                               |
| Полдник                                                                   |           |          |                   |         |             |                                      |
| 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                               |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          |           | 70       | 2,80              | 6,40    | 0,40        | 222,00                               |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 53,9      | 53,9     | 5,65              | 0,68    | 36,55       | 174,63                               |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 2,1       | 2,1      | 0,22              | 0,03    | 1,43        | 6,80                                 |
| ДРОЖЖИ                                                                    | 0,7       | 0,7      | 0,09              | 0,01    | 0,01        | 0,52                                 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 28        | 28       | 0,79              | 0,68    | 1,30        | 14,67                                |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,7       | 0,7      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,78    | 0,00        | 6,97                                 |
|                                                                           |           |          | 8,80              | 9,70    | 8,40        | 284,00                               |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                            |           |          | 47,16             | 54,69   | 144,50      | 1 358,30                             |

## Сад 12 часов (1 корпус)

| Наименование блюда                                                        | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                                                           | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                         |           | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00       | 69,00          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                            | 11        | 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ                                              |           | 205      | 5,07              | 8,10    | 27,90       | 205,00         |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 29,7      | 29,7     | 2,02              | 0,29    | 21,32       | 95,93          |
| 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          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             |           | 180      | 3,20              | 2,80    | 13,60       | 77,00          |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                                       | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00    | 0,13        | 0,72           |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 6         | 6        | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 92        | 92       | 2,59              | 2,23    | 4,29        | 48,19          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 60        | 60       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
|                                                                           |           |          | 11,66             | 17,80   | 51,50       | 351,00         |
| II Завтрак                                                                |           |          |                   |         |             |                |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                            |           | 180      | 0,96              | 0,24    | 17,80       | 78,00          |
| СОК ВОСТАНОВЛЕННЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ                                             | 180       | 180      | 0,00              | 0,00    | 18,00       | 72,00          |
|                                                                           |           |          | 0,96              | 0,24    | 17,80       | 78,00          |
| Обед                                                                      |           |          |                   |         |             |                |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                            |           | 50       | 0,50              | 0,13    | 1,90        | 12,00          |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                                          | 50,52     | 50       | 0,55              | 0,10    | 1,90        | 12,00          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 200/10/1 | 4,20              | 5,20    | 6,60        | 118,00         |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 108,15    | 70,3     | 1,37              | 0,27    | 11,12       | 52,51          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                              | 7         | 7        | 0,75              | 0,09    | 4,79        | 22,95          |
| МОРКОВЬ                                                                   | 9,33      | 7        | 0,09              | 0,01    | 0,47        | 2,38           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 8,4       | 7        | 0,10              | 0,01    | 0,55        | 2,78           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 1,75    | 0,00        | 15,69          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 122,9     | 122,9    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ                                                       | 15        | 14,7     | 3,00              | 2,14    | 0,00        | 29,94          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                         | 1,1       | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               |           | 200      | 19,30             | 21,00   | 22,00       | 355,00         |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ                                                            | 136,3     | 126,5    | 21,96             | 4,54    | 0,00        | 155,84         |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 25,8      | 25,5     | 1,74              | 0,25    | 18,30       | 82,37          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 60,3      | 50,5     | 0,69              | 0,10    | 4,02        | 20,09          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 3         | 3        | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 0,26 шт.  | 10,465   | 1,29              | 1,16    | 0,07        | 15,94          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 0,06 шт.  | 2,415    | 0,30              | 0,27    | 0,02        | 3,68           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                               |           | 180      | 0,60              | 0,24    | 22,00       | 93,00          |
| ШИПОВНИК СУХОЙ                                                            | 18        | 18       | 0,59              | 0,24    | 8,43        | 49,59          |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 9         | 9        | 0,00              | 0,00    | 8,71        | 34,83          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 180       | 180      | 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          |
| 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       | 52,40          |
|                                                                           |           |          | 27,10             | 27,29   | 69,20       | 661,40         |
| Полдник                                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ                                                |           | 70       | 8,30              | 0,46    | 0,30        | 144,40         |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                                          | 66,6      | 64,1     | 11,25             | 0,18    | 0,00        | 46,95          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 21        | 21       | 0,59              | 0,51    | 0,98        | 11,00          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 16,7      | 14       | 0,19              | 0,03    | 1,12        | 5,57           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 4,6       | 4,6      | 0,02              | 3,69    | 0,04        | 33,38          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                         |           | 130      | 2,70              | 4,60    | 17,50       | 119,40         |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 170,77    | 111      | 2,15              | 0,43    | 17,55       | 82,91          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 20,8      | 20       | 0,56              | 0,49    | 0,93        | 10,48          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 4,4       | 4,4      | 0,02              | 3,52    | 0,04        | 31,92          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                                    |           | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,72       | 88,20          |
| ЯБЛОКИ                                                                    | 40        | 36       | 0,14              | 0,14    | 3,42        | 16,41          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 150       | 150      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| 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           |
| 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          |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          |           | 50       | 4,30              | 0,90    | 25,90       | 130,00         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 38,5      | 38,5     | 4,04              | 0,49    | 26,10       | 124,73         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 1,5       | 1,5      | 0,16              | 0,02    | 1,02        | 4,86           |
| ДРОЖЖИ                                                                    | 0,5       | 0,5      | 0,06              | 0,01    | 0,01        | 0,38           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 20        | 20       | 0,56              | 0,49    | 0,93        | 10,48          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,58    | 0,00        | 5,23           |
|                                                                           |           |          | 16,42             | 6,20    | 71,82       | 513,00         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                            |           |          | 56,14             | 51,53   | 210,32      | 1 603,40       |

## Сад 12 часов (2 корпус)

| Наименование блюда                                                        | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                                                           | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                         |           | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00       | 69,00          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                            | 11        | 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ                                              |           | 205      | 5,07              | 8,10    | 27,90       | 205,00         |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 29,7      | 29,7     | 2,02              | 0,29    | 21,32       | 95,93          |
| 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          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             |           | 180      | 3,20              | 2,80    | 13,60       | 77,00          |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                                       | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00    | 0,13        | 0,72           |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 6         | 6        | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 92        | 92       | 2,59              | 2,23    | 4,29        | 48,19          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 60        | 60       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
|                                                                           |           |          | 11,66             | 17,80   | 51,50       | 351,00         |
| II Завтрак                                                                |           |          |                   |         |             |                |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                            |           | 180      | 0,96              | 0,24    | 17,80       | 78,00          |
| СОК ВОСТАНОВЛЕННЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ                                             | 180       | 180      | 0,00              | 0,00    | 18,00       | 72,00          |
|                                                                           |           |          | 0,96              | 0,24    | 17,80       | 78,00          |
| Обед                                                                      |           |          |                   |         |             |                |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                            |           | 50       | 0,50              | 0,13    | 1,90        | 12,00          |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                                          | 50,52     | 50       | 0,55              | 0,10    | 1,90        | 12,00          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 200/10/1 | 4,20              | 5,20    | 6,60        | 118,00         |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 108,15    | 70,3     | 1,37              | 0,27    | 11,12       | 52,51          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                              | 7         | 7        | 0,75              | 0,09    | 4,79        | 22,95          |
| МОРКОВЬ                                                                   | 9,33      | 7        | 0,09              | 0,01    | 0,47        | 2,38           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 8,4       | 7        | 0,10              | 0,01    | 0,55        | 2,78           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 1,75    | 0,00        | 15,69          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 122,9     | 122,9    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ                                                       | 15        | 14,7     | 3,00              | 2,14    | 0,00        | 29,94          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                         | 1,1       | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               |           | 200      | 19,30             | 21,00   | 22,00       | 355,00         |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ                                                            | 136,3     | 126,5    | 21,96             | 4,54    | 0,00        | 155,84         |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                             | 25,8      | 25,5     | 1,74              | 0,25    | 18,30       | 82,37          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 60,3      | 50,5     | 0,69              | 0,10    | 4,02        | 20,09          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 3         | 3        | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 0,26 шт.  | 10,465   | 1,29              | 1,16    | 0,07        | 15,94          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                        | 0,06 шт.  | 2,415    | 0,30              | 0,27    | 0,02        | 3,68           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                               |           | 180      | 0,60              | 0,24    | 22,00       | 93,00          |
| ШИПОВНИК СУХОЙ                                                            | 18        | 18       | 0,59              | 0,24    | 8,43        | 49,59          |
| САХАР ПЕСОК                                                               | 9         | 9        | 0,00              | 0,00    | 8,71        | 34,83          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 180       | 180      | 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          |
| 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       | 52,40          |
|                                                                           |           |          | 27,10             | 27,29   | 69,20       | 661,40         |
| Полдник                                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ                                                |           | 70       | 8,30              | 0,46    | 0,30        | 144,40         |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                                          | 66,6      | 64,1     | 11,25             | 0,18    | 0,00        | 46,95          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 21        | 21       | 0,59              | 0,51    | 0,98        | 11,00          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                              | 16,7      | 14       | 0,19              | 0,03    | 1,12        | 5,57           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 4,6       | 4,6      | 0,02              | 3,69    | 0,04        | 33,38          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                         |           | 130      | 2,70              | 4,60    | 17,50       | 119,40         |
| КАРТОФЕЛЬ поздний                                                         | 170,77    | 111      | 2,15              | 0,43    | 17,55       | 82,91          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 20,8      | 20       | 0,56              | 0,49    | 0,93        | 10,48          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                         | 4,4       | 4,4      | 0,02              | 3,52    | 0,04        | 31,92          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                                    |           | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,72       | 88,20          |
| ЯБЛОКИ                                                                    | 40        | 36       | 0,14              | 0,14    | 3,42        | 16,41          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                             | 150       | 150      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| 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           |
| 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          |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          |           | 50       | 4,30              | 0,90    | 25,90       | 130,00         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 38,5      | 38,5     | 4,04              | 0,49    | 26,10       | 124,73         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                                  | 1,5       | 1,5      | 0,16              | 0,02    | 1,02        | 4,86           |
| ДРОЖЖИ                                                                    | 0,5       | 0,5      | 0,06              | 0,01    | 0,01        | 0,38           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                              | 20        | 20       | 0,56              | 0,49    | 0,93        | 10,48          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,58    | 0,00        | 5,23           |
|                                                                           |           |          | 16,42             | 6,20    | 71,82       | 513,00         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                            |           |          | 56,14             | 51,53   | 210,32      | 1 603,40       |