



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,82	3,53	10,28	88,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150		5,34	7,97	14,83	150,34
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	28,857	28,571	3,49	0,91	15,82	85,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,429	21,429	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,14	0,00	6,09	24,86
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1КЛ,	167	100,2	1,50	0,50	21,04	96,19
			10,80	12,00	52,20	360,00
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200		2,94	5,00	13,05	90,34
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	207,067	200	5,60	5,00	9,02	113,02
			2,94	5,00	13,05	90,34
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50		0,85	3,05	3,97	47,96
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ КВАШЕНАЯ ШИНКОВАННАЯ	43,5	43,5	0,78	0,04	1,31	10,01
ЛУК ЗЕЛЕНый ОБРЕЗНОЙ	6,25	5	0,07	0,01	0,16	1,00
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20		4,96	0,67	9,54	126,15
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,36	14,001	2,47	2,50	0,00	32,32
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	5,31	4,25	0,06	0,00	0,28	1,45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	3,04	2,55	0,04	0,01	0,20	1,02

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,1	32	2,33	0,90	15,96	81,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,425	0,425	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,89	0,85	0,03	0,00	0,06	0,41
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.422 шт.	16,986	2,10	1,89	0,12	25,87
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ		70	5,85	11,38	2,60	75,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,612	13,612	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	44,454	42,778	6,63	0,25	0,00	28,63
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	27,22	21,778	0,27	0,02	1,46	7,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	3,24	2,722	0,04	0,01	0,21	1,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,438	0,438	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,57	4,77	16,87	121,16
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	128,71	90,1	1,75	0,35	14,25	67,30
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	34,63	27,7	0,35	0,03	1,85	9,41
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,44	0,38	0,73	8,17
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ		200	0,09	0,06	30,66	120,92
ВАРЕНЬЕ	20	20	0,08	0,06	14,39	55,87
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ В/С	12,5	12,5	0,01	0,00	9,49	37,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,31	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191	191	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			18,52	20,97	91,33	628,81
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		180	12,27	14,87	31,12	320,56
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	151	151	26,36	13,18	4,39	247,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	10,8	10,8	1,08	0,11	7,39	34,46
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	0,00	0,00	10,46	41,80
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.094 шт.	3,784	0,47	0,43	0,03	5,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,2	7,2	0,92	0,00	4,30	20,86
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
СОУС КЛЮКВЕННЫЙ		30	0,38	0,01	3,69	15,16
КЛЮКВА	20,41	20	0,10	0,04	0,72	5,43
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ В/С	0,9	0,9	0,00	0,00	0,68	2,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ		180	0,90	0,00	22,86	99,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА (АБРИКОСОВЫЙ)	180	180	0,90	0,00	22,86	99,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		40	3,00	1,16	20,56	104,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3,00	1,16	20,56	104,80
			16,55	16,04	78,23	539,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,81	54,01	234,81	1 618,67



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		150	2,68	4,07	10,57	119,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,25	95,25	2,68	2,31	4,43	49,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,475	32,475	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22,35	22,35	2,67	1,35	13,40	76,31
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,17	2,48	13,02	55,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ		100	0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	149,25	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,51	49,52
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			10,84	12,13	52,22	360,76
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ		50	0,55	3,08	1,74	37,91
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
ЛУК ЗЕЛЕНый ОБРЕЗНОЙ	14,38	11,5	0,15	0,01	0,37	2,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		190/10/1	4,52	5,78	13,88	125,92
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	45,71	32	0,62	0,13	5,06	23,90

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ,р.А	7,6	7,6	0,81	0,10	5,20	24,92
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	9,5	7,6	0,10	0,01	0,50	2,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	9,05	7,6	0,11	0,02	0,60	3,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	1,9	1,9	0,00	1,84	0,00	16,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133	133	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,359	14	2,47	2,50	0,00	32,32
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,11	1,056	0,04	0,00	0,08	0,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		220	11,12	10,86	42,63	302,79
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ ЗАМОРОЖЕННАЯ,1 КАТ	144,498	134,378	23,33	4,82	0,00	165,54
КРУПА РИСОВАЯ	23,587	23,351	1,58	0,22	16,76	75,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	63,71	53,514	0,73	0,11	4,26	21,28
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5,7	5,7	0,03	4,56	0,05	41,36
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5,7	5,7	0,03	4,56	0,05	41,36
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.134 шт.	5,394	0,67	0,60	0,04	8,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		180	0,66	0,27	19,05	93,80
ФРУКТЫ КОСТОЧКОВЫЕ СУШЕНЫЕ (ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	20	20	1,01	0,06	9,89	45,01
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,13	0,44	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,97	20,56	91,37	630,31
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		70	8,57	9,06	17,95	205,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,2	11,2	0,31	0,27	0,52	5,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,6	10,6	0,30	0,26	0,49	5,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	41,151	39,6	6,15	0,23	0,00	26,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,5	7,5	0,54	0,21	3,74	19,06
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.096 шт.	3,864	0,48	0,43	0,03	5,89
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		150	3,35	5,72	19,28	142,34
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	155,71	109	2,11	0,43	17,24	81,41
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		180	1,62	0,18	17,10	72,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	180	0,54	0,00	29,70	122,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ	21		1,58	2,06	15,62	87,57
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	21	21	1,58	2,06	15,62	87,57
			16,11	17,15	76,31	538,44
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,71	54,84	232,97	1 620,27



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,62	8,61	10,82	127,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ		200	9,40	3,50	33,14	197,90
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	2,981 шт.	119,985	14,78	13,39	0,81	182,73
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	66,667	50	0,63	0,00	2,38	12,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	6,67	6,67	0,03	5,34	0,05	48,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,656	0,656	0,13	0,00	0,27	1,58
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	11,667	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	7,72	7,72	0,00	0,00	7,47	29,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,577	195,577	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	12,12	52,18	360,13
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ		200	2,94	5,00	13,05	90,34
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	207,067	200	5,60	5,00	9,02	113,02
			2,94	5,00	13,05	90,34
Обед						
САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)		50	0,52	2,55	1,79	32,70
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА, (СРЕДНЕПЛОДНЫЕ)	20,21	20	0,16	0,02	0,50	2,80
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	20,5	15,429	0,20	0,00	0,76	4,01
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	14,87	14,714	0,16	0,03	0,56	3,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	2,5	2,5	0,00	2,50	0,00	22,48
ЛУК ЗЕЛЕНый ОБРЕЗНОЙ	0,18	0,143	0,00	0,00	0,00	0,03
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,286	0,01	0,00	0,02	0,14
УКРОП СВЕЖИЙ	0,39	0,286	0,01	0,00	0,02	0,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02

КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	26,14	18,3	0,36	0,07	2,89	13,67
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 класс	31,88	25,5	0,45	0,03	1,16	6,93
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	9,5	7,6	0,10	0,01	0,50	2,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 кл.	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,1	122,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,46	0,46	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,95	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	28,436	24	4,33	3,72	0,00	50,75
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ		70/25	5,09	8,68	6,01	145,80
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	59,628	53,667	9,68	8,33	0,00	113,48
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,5	10,5	0,77	0,29	5,24	26,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 кл.	4,67	3,92	0,05	0,01	0,31	1,56
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,8	6,8	0,17	0,99	0,23	13,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,48	0,06	3,06	14,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,9	16,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 кл.	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,5	0,5	0,02	0,00	0,10	0,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,35	4,98	33,26	206,99
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	54,545	54	6,60	1,73	29,91	161,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,001	90,001	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,41	0,07	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,91	21,29	91,39	629,99
Полдник						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70	8,01	11,50	8,52	195,15
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	63,981	54	9,74	8,38	0,00	114,19
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	14,59	11,669	0,15	0,01	0,79	3,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 кл.	6,94	5,831	0,08	0,01	0,47	2,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	1,75	1,75	0,18	0,02	1,18	5,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,119	0,119	0,00	0,00	0,00	0,00

ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		135	0,96	2,48	7,34	56,33
КАБАЧКИ	232	174	1,01	0,50	7,76	40,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА		180	0,00	0,00	18,51	74,04
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	180	180	0,00	0,00	17,98	71,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		60	5,91	2,17	33,29	174,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ. СОРТ	46,3	46,3	4,85	0,58	31,39	150,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ. СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕСОВАННЫЕ	0,77	0,77	0,10	0,02	0,02	0,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	24	0,68	0,58	1,12	12,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	0,72	0,72	0,00	0,70	0,00	6,28
			16,20	16,33	76,14	540,31
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,27	54,74	232,76	1 620,77



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,82	3,53	10,28	88,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША "ДРУЖБА"		150	2,31	4,98	21,41	141,04
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,19	5,12	25,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31	31	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,66	3,15	6,05	68,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,73	3,08	11,22	85,42
КАКАО-ПОРОШОК	2,7	2,7	0,63	0,40	0,27	7,57
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,96	0,24	9,00	45,60
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
			10,82	11,83	51,91	360,86
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ СРЕДНИЕ 1 СОРТ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА		180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	64	51,2	0,75	0,05	4,37	20,86
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	45	31,5	0,61	0,13	4,98	23,53
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 Кл.	9,64	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	4,5	4,5	0,00	4,37	0,00	39,25
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,9	0,9	0,04	0,00	0,16	0,89
САХАР ПЕСОК	1,17	1,17	0,00	0,00	1,13	4,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,30	1,75	0,41	23,98
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	20,498	17,3	3,12	2,69	0,00	36,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП СВЕЖИЙ	1,22	0,9	0,02	0,00	0,06	0,35
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		70	10,19	10,34	7,26	164,82
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	57,365	51,625	9,31	8,01	0,00	109,16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,31	0,50	8,97	45,75
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,875	14,875	0,42	0,36	0,69	7,79
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,625	2,625	0,01	2,10	0,02	19,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	2,91	2,71	35,09	186,84
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ,гр.А	49,35	49,35	5,27	0,62	33,75	161,80
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	296,1	296,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/10	0,04	0,03	7,20	27,94
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,12	0,43	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			19,16	20,69	90,49	629,66
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	8,53	7,18	33,46	248,12
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	91,282	89	15,71	15,89	0,00	205,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	7,467	7,467	0,00	7,24	0,00	65,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 кл.	12,7	10,667	0,15	0,02	0,84	4,24
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	13,33	10,667	0,14	0,01	0,72	3,62
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,667	2,667	0,13	0,00	0,49	2,64
КРУПА РИСОВАЯ	44,444	44	2,99	0,43	31,58	142,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,90	0,18	18,18	77,40
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА ОСВЕТЛЕННЫЕ ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,90	0,18	18,18	77,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		60	5,46	8,83	13,69	162,95
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.035 шт.	1,409	0,17	0,16	0,01	2,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.043 шт.	1,731	0,21	0,19	0,01	2,64
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.026 шт.	1,047	0,13	0,12	0,01	1,59
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	19	18,9	3,30	1,65	0,55	30,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	0,94	0,94	0,10	0,01	0,64	3,05
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
САХАР ПЕСОК	3,14	3,14	0,00	0,00	3,04	12,15

МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	29,6	29,6	3,10	0,37	20,07	95,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	0,86	0,86	0,09	0,01	0,58	2,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕСОВАННЫЕ	0,75	0,75	0,10	0,02	0,02	0,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	0,17	0,17	0,00	0,16	0,00	1,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,37	1,37	0,01	1,10	0,01	9,94
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	0,94	0,94	0,00	0,76	0,01	6,82
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,55	16,41	75,93	539,46
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,32	53,93	231,40	1 620,74



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ**Сад 12 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	8,37	8,32	20,51	194,15
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	30,3	30	3,35	0,38	19,76	95,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,14	0,00	6,09	24,86
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	113,64	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			10,20	11,60	52,42	360,00
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	2,93	5,00	13,49	90,89
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	207,04	200	5,80	5,00	8,00	106,00
			2,93	5,00	13,49	90,89
Обед						
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)		50	0,63	0,05	2,38	12,61
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	66,67	50	0,65	0,00	2,45	13,00
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	50	35	0,68	0,14	5,54	26,14
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ СРЕДНИЕ 1 СОРТ	12,06	10,8	0,09	0,01	0,17	1,36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	8,57	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	18,957	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,95	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	8,33	6,58	18,63	118,34
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	70	59	10,64	9,16	0,00	124,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,87	0,34	5,98	30,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ		150	3,28	9,98	23,12	196,22
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	164,29	115	2,23	0,45	18,19	85,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	3,462	3,462	0,00	3,36	0,00	30,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	23,81	20	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	4,5	4,5	0,00	4,37	0,00	39,25
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	2,85	2,85	0,30	0,04	1,93	9,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,8	3,8	0,17	0,00	0,70	3,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,304	0,304	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,015	0,015	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		180	0,05	0,00	14,54	57,94
КЛЮКВА, ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	15	15	0,05	0,00	7,76	30,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	219,4	219,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,64	20,78	91,76	622,85
Полдник						
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		200	10,48	12,90	15,29	280,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	52,687	51,37	9,07	9,17	0,00	118,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	2,286	2,286	0,00	2,21	0,00	19,93
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	164,29	115	2,23	0,45	18,19	85,89
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	18,75	15	0,19	0,02	1,01	5,09
РЕПА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ	20,27	15	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,429	3,429	0,16	0,00	0,63	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	17,86	15	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	4,571	4,571	0,00	4,43	0,00	39,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	2,286	2,286	0,24	0,03	1,55	7,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,68	0,68	0,14	0,00	0,28	1,64
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	11,667	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	7,506	7,506	0,00	0,00	7,27	29,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,534	190,534	0,00	0,00	0,00	0,00

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		60	5,17	4,19	45,06	182,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	41,9	41,9	4,39	0,52	28,41	135,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	1,846	1,846	0,19	0,02	1,25	5,98
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,292	1,292	0,01	1,04	0,01	9,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	1,846	1,846	0,00	1,78	0,00	16,10
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.03 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕСОВАННЫЕ	0,83	0,83	0,11	0,02	0,02	0,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,739	18,739	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	0,369	0,369	0,00	0,36	0,00	3,22
			17,51	17,32	79,17	548,49
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,28	54,70	236,84	1 622,23



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,82	3,53	10,28	88,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ		150	2,95	5,89	21,53	172,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,143	28,143	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	35,357	35,357	4,22	2,12	21,19	120,73
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,66	3,15	6,05	68,09
САХАР ПЕСОК	10,714	10,714	0,00	0,00	10,37	41,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРУКТЫ КОСТОЧКОВЫЕ СУШЕНЫЕ (ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	11,25	9	0,46	0,03	4,45	20,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,17	2,48	13,02	55,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,6	3,6	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ		100	0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	149,25	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			10,84	12,10	52,93	359,80
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ		50	0,39	1,05	1,21	15,78
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА, (СРЕДНЕПЛОДНЫЕ)	50,01	49,5	0,40	0,05	1,24	6,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	1	1	0,00	1,00	0,00	8,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,25	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		180/20	2,83	6,19	29,65	163,05
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	30,71	21,5	0,42	0,09	3,40	16,06
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ	12,6	12,5	2,79	0,19	5,83	36,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,50

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	9,75	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,8	109,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,09	31,995	2,33	0,90	15,96	81,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,95	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	8,85	9,50	7,83	186,30
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ ЗАМОРОЖЕННАЯ, 1 КАТ	98,065	91,2	15,83	3,27	0,00	112,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	16	12,8	0,16	0,01	0,85	4,35
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	11,43	8	0,16	0,03	1,26	5,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.099 шт.	3,985	0,49	0,45	0,03	6,07
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		130	1,42	2,49	7,98	60,63
КАБАЧКИ	160,73	120,545	0,70	0,35	5,38	28,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,7	17,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,7	17,7	0,49	0,43	0,82	9,27
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		200	0,31	0,07	15,71	65,25
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	14	14	0,31	0,07	8,93	38,16
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,04	20,43	90,52	630,80
Полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		70	8,96	4,10	19,27	120,62
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	48,01	46,2	7,17	0,27	0,00	30,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,6	9,6	0,70	0,27	4,78	24,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	5,6	5,6	0,00	5,42	0,00	48,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		140	2,73	2,14	4,19	118,73
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	200	140	2,72	0,54	22,14	104,57
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,947	4,947	0,02	3,96	0,04	35,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00

НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)		180	0,00	0,00	18,51	74,04
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	180	180	0,00	0,00	17,98	71,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
ПРЯНИКИ		30	1,77	10,41	12,10	109,80
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
			17,00	17,60	77,52	539,68
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,67	55,13	234,04	1 621,04



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,62	8,61	10,82	127,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200		8,58	3,10	23,36	151,39
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	2,641 шт.	106,3	13,10	11,85	0,72	161,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	77,294	77,294	2,17	1,87	3,60	40,49
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,05	0,13	6,78	32,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	36,941	24	0,72	0,05	1,51	9,31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5,263	5,263	0,03	4,21	0,04	38,19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7		0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,656	0,656	0,13	0,00	0,27	1,58
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	11,667	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	7,72	7,72	0,00	0,00	7,47	29,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,577	195,577	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША СВЕЖАЯ	100		0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГР. 1С.	111	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			10,80	12,02	52,70	360,62
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200		2,94	5,00	13,05	90,34
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	207,067	200	5,60	5,00	9,02	113,02
			2,94	5,00	13,05	90,34
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50		0,55	3,08	1,74	37,91
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	36,37	36	0,40	0,07	1,37	8,64
ЛУК ЗЕЛЕНый ОБРЕЗНОЙ	14,38	11,5	0,15	0,01	0,37	2,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15		3,13	5,84	10,87	112,16
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	40,73	32,583	0,48	0,03	2,78	13,27
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 класс	26,21	20,967	0,37	0,02	0,96	5,69
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	16,46	11,522	0,22	0,05	1,82	8,60

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,97	7,178	0,09	0,01	0,49	2,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	6,86	5,761	0,08	0,01	0,46	2,29
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,25	4,25	0,19	0,00	0,79	4,21
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	4,722	4,722	0,00	4,58	0,00	41,18
САХАР ПЕСОК	1,417	1,417	0,00	0,00	1,37	5,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,317	115,317	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	28,436	24	4,33	3,72	0,00	50,75
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,38	2,18	0,51	29,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП СВЕЖИЙ	1,28	0,944	0,02	0,00	0,06	0,37
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)		70	8,96	8,09	19,15	185,25
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	45,024	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14	14	0,90	0,12	5,75	27,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	30,95	26	0,35	0,05	2,07	10,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.124 шт.	4,991	0,61	0,55	0,03	7,60
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	2,11	2	0,07	0,01	0,15	0,95
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ. СОРТ	1,575	1,575	0,16	0,02	1,07	5,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,75	15,75	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	2,91	2,71	35,09	186,84
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ, гр. А	50,9	50,9	5,43	0,64	34,80	166,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	306,6	306,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,25	2,25	0,01	1,80	0,02	16,33
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/10	0,04	0,03	7,20	27,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,9	31,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,333	158,333	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,12	0,43	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			18,03	20,36	90,24	630,19
Полдник						
СУФЛЕ РЫБНОЕ		70	5,15	7,39	1,56	108,93
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	64,862	62,417	9,69	0,36	0,00	41,78
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,733	10,733	0,30	0,26	0,50	5,63
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,917	2,917	0,01	2,34	0,02	21,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ. СОРТ	2,917	2,917	0,31	0,04	1,98	9,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,733	10,733	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.193 шт.	7,768	0,96	0,86	0,05	11,83

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5,833	5,833	0,03	4,67	0,05	42,32
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ		130	2,92	7,05	3,68	90,53
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31,893	31,893	0,89	0,78	1,48	16,70
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	7,453	7,453	0,04	5,97	0,06	54,08
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	7,453	7,453	0,78	0,10	5,05	24,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,893	31,893	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,52	0,52	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	215,385	112	2,72	0,33	4,56	32,59
СЫР РОССИЙСКИЙ	3,623	3,293	0,74	0,94	0,00	11,63
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	1,733	1,733	0,00	1,68	0,00	15,11
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3,467	3,467	0,02	2,77	0,03	25,15
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,34	0,08	11,35	67,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0,00	0,00	0,00	0,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6	0,30	0,07	8,68	37,07
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
БУЛОЧКА РОЗОВАЯ		55	4,73	1,82	38,16	165,38
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	1,375	1,375	0,15	0,02	0,93	4,45
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕСОВАННЫЕ	0,8	0,8	0,10	0,02	0,02	0,60
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,641	0,641	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ	4,14	3,309	0,05	0,00	0,28	1,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,191	1,191	0,01	0,95	0,01	8,64
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.024 шт.	0,966	0,12	0,11	0,01	1,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,5	16,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,34	17,25	76,08	539,11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,11	54,63	232,07	1 620,26

ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,08	0,00	0,31	1,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	29,25	28,2	4,37	0,16	0,00	18,88
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.037 шт.	1,489	0,18	0,16	0,01	2,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,89	0,85	0,03	0,00	0,06	0,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ		70	7,11	9,25	18,22	179,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	0,99	0,85	1,63	18,33
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ. СОРТ	6,067	6,067	0,64	0,08	4,11	19,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,373	0,373	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	48,615	47,4	8,37	8,46	0,00	109,43
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.162 шт.	6,521	0,81	0,73	0,05	9,93
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		140	2,78	2,12	11,38	76,73
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	37,98	30,38	0,38	0,03	2,04	10,31
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	41,2	28,84	0,56	0,12	4,56	21,54
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	21,541	14	0,42	0,03	0,88	5,43
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 класс	43,75	35	0,61	0,04	1,60	9,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,8	23,8	0,67	0,58	1,11	12,46
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ, ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ. СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		180	0,29	0,09	14,04	59,37
ФРУКТЫ КОСТОЧКОВЫЕ СУШЕНЫЕ. СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) ЦЕЛЫЕ ПЛОДЫ, БЕЗ КОСТОЧКИ В/С	13	13	0,29	0,09	7,26	32,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			18,67	19,97	91,51	628,56

Полдник

САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ		50	1,89	2,00	8,50	59,56
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	60,63	48,5	0,61	0,05	3,25	16,47
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,50	9,98
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		200	12,29	14,87	29,71	310,56
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	190	190	33,17	16,59	5,53	311,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,20	0,12	8,22	38,30
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.104 шт.	4,186	0,51	0,47	0,03	6,37

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,03	0,00	4,77	23,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,6	6,6	0,16	0,96	0,22	13,19
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ		180	0,52	0,00	28,81	118,73
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180	180	0,52	0,00	28,82	118,73
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			16,20	17,45	77,30	541,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,20	54,32	234,75	1 619,53

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	18,957	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
УКРОП СВЕЖИЙ	1,22	0,9	0,02	0,00	0,06	0,35
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		70	6,13	4,91	9,92	76,55
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	41,962	40,38	6,27	0,23	0,00	27,02
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	17,5	14	0,17	0,01	0,94	4,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	6,67	5,6	0,08	0,01	0,45	2,23
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7	7	0,51	0,19	3,49	17,79
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.075 шт.	3,019	0,37	0,34	0,02	4,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,22	0,19	0,37	4,19
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,72	2,52	17,00	101,81
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	158,85	111,193	2,15	0,43	17,58	83,05
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	20,8	0,58	0,50	0,97	10,89
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ		200	0,09	0,06	30,66	120,92
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ В/С	13,5	13,5	0,01	0,00	10,24	40,99
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,31	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191	191	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			18,66	19,94	91,05	631,04
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,93	4,46	0,27	60,92
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.994 шт.	40,009	4,93	4,46	0,27	60,93
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	6,30	9,19	20,45	200,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 класс	133,34	106,671	1,86	0,11	4,86	28,97
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	58,057	49	8,84	7,60	0,00	103,62
КРУПА РИСОВАЯ	8,975	8,886	0,60	0,09	6,38	28,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	17,46	14,667	0,20	0,03	1,16	5,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	5,882	5,882	0,00	5,70	0,00	51,29
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.234 шт.	9,419	1,16	1,05	0,07	14,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА		180	0,00	0,00	18,51	74,04
СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ФРУКТОВЫЙ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ		60	3,69	3,52	29,85	164,18

МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	25,2	25,2	2,64	0,32	17,08	81,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	0,24	0,24	0,00	0,23	0,00	2,10
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.031 шт.	1,248	0,16	0,14	0,01	1,90
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	61,82	54,4	0,21	0,21	5,17	24,80
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,64	2,64	0,01	2,11	0,02	19,16
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.063 шт.	2,536	0,31	0,28	0,02	3,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕСОВАННЫЕ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,6	6,6	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,24	17,35	77,56	540,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,67	54,38	234,20	1 622,60



Утверждаю

И.И.Липченко

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ		150	3,77	4,20	21,64	139,49
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	28,857	28,571	2,77	0,36	18,13	86,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,286	4,286	0,00	0,00	4,15	16,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,94	2,43	10,73	77,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,65	0,65	0,13	0,00	0,26	1,56
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,51	49,52
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			10,80	12,01	52,90	360,16
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	2,79	5,00	13,07	90,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,94	5,12	9,83	110,52
			2,79	5,00	13,07	90,76
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,05	1,25	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА, (СРЕДНЕПЛОДНЫЕ)	50,52	50	0,40	0,05	1,25	7,00
БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	35	28	0,41	0,03	2,39	11,41
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 класс	17,5	14	0,24	0,01	0,64	3,80
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	10	7	0,14	0,03	1,11	5,23
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,75	7	0,09	0,01	0,47	2,38

ФАСОЛЬ	7	7	1,43	0,14	3,19	20,23
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	8,33	7	0,10	0,01	0,55	2,78
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,10	0,00	0,39	2,08
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,188	2,188	0,01	1,76	0,02	15,88
САХАР ПЕСОК	2,1	2,1	0,00	0,00	2,04	8,13
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,126	0,126	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	28,436	24	4,33	3,72	0,00	50,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,92	0,875	0,03	0,00	0,07	0,42
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	12,54	11,25	30,40	288,14
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	273,86	191,7	3,72	0,75	30,31	143,18
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,33	3,33	0,43	0,00	1,99	9,65
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ), ЗАМОРОЖЕННАЯ	90	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	15,83	13,3	0,18	0,03	1,06	5,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		180	0,05	0,00	14,54	57,94
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КЛЮКВА, ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	15	15	0,05	0,00	7,76	30,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	219,4	219,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			19,41	20,29	90,98	630,72
Полдник						
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ		70	6,01	3,54	15,88	131,18
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ	64,429	62	9,62	0,36	0,00	41,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,25	12,25	0,89	0,35	6,11	31,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,625	16,625	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛ.	10,42	8,75	0,12	0,02	0,70	3,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	1,556	1,556	0,00	1,50	0,00	13,57
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.096 шт.	3,864	0,48	0,43	0,03	5,89
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,625	2,625	0,34	0,00	1,56	7,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ.	2,625	2,625	0,00	2,54	0,00	22,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)		130	2,18	7,32	11,20	120,39
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	125,71	88	1,71	0,34	13,91	65,73
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	18,75	15	0,19	0,02	1,01	5,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 класс	18,75	15	0,26	0,02	0,69	4,07
БРЮКВА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ	19,455	15	0,17	0,02	1,13	5,38

РЕПА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ	20,27	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,76	0,05	14,20	60,85
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ФРУКТЫ КОСТОЧКОВЫЕ СУШЕНЫЕ (ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		60	4,28	6,27	21,10	156,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	0,84	0,84	0,00	0,81	0,00	7,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕСОВАННЫЕ	0,75	0,75	0,10	0,02	0,02	0,56
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.052 шт.	2,093	0,26	0,23	0,01	3,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,38	0,36	0,01	0,00	0,03	0,17
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.026 шт.	1,047	0,13	0,12	0,01	1,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	0,24	0,24	0,00	0,23	0,00	2,10
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ.	0.058 шт.	2,335	0,29	0,26	0,02	3,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ.	1,92	1,92	0,00	1,86	0,00	16,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,64	2,64	0,01	2,11	0,02	19,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,48	6,48	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ,ХЛЕБОПЕКАРНАЯ, ВЫСШ.СОРТ	24,3	24,3	2,54	0,31	16,48	78,73
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ,1 класс	40,5	32,4	0,56	0,03	1,47	8,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
			15,55	17,49	77,22	539,85
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,55	54,79	234,17	1 621,49