

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования  
администрации Нижневартовского района



О.В. Бардина

«УТВЕРЖДАЮ»:

Руководитель образовательного  
учреждения, реализующего  
основную образовательную  
программу дошкольного  
образования



Н.В. Кузнецова

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ  
(для возрастной категории 1,5 - 3 года)

для муниципальных дошкольных образовательных учреждений  
Нижневартовского района

«РАЗРАБОТАНО»

Исполняющий обязанности директора  
муниципального автономного учреждения  
дополнительного образования «Спектр»



Т.Н. Колоскова

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель местной молодежной  
общественной организации  
добровольцев (волонтеров)  
Нижневартовского района  
«Рука помощи»



Н.В. Кузнецова

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ДРУЖБА" жидкая (С)	150/4		4,14	6,13	19,10	148,08
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,08	5,34	24,05
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,23	4,80	24,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,5	30,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,77	3,05	4,55	56,67
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,38	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
КАКАО с молоком (И)	180		2,96	3,04	12,99	91,08
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,25
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,49	2,75	4,09	51,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
	<b>354</b>		<b>8,64</b>	<b>9,77</b>	<b>42,11</b>	<b>290,96</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,70	2,50	10,80	79,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,70	2,50	10,80	79,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,70</b>	<b>2,50</b>	<b>10,80</b>	<b>79,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (С)	40		0,37	4,00	1,38	42,97
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	21,6	18,4	0,20	0,04	0,70	3,96
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	17,6	14	0,11	0,01	0,35	1,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,06	0,01	0,33	1,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,94	0,00	35,44
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ и гречками (б/м) (И)	150/10		3,80	2,12	17,04	100,21
КАРТОФЕЛЬ	49,5	29,7	0,58	0,13	4,65	22,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,3	105,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	10,1	10,1	2,01	0,19	4,80	26,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
МОРКОВЬ	7,6	5,7	0,07	0,01	0,38	1,85

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,4	2,4	0,02	1,67	0,03	15,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14	14	1,03	0,11	6,68	31,91
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (б/р) (С)</b>		<b>50</b>	<b>6,70</b>	<b>7,67</b>	<b>7,00</b>	<b>123,96</b>
ГОВЯДИНА Б/К	35,2	31,7	5,70	4,86	0,74	69,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	6,7	6,7	0,49	0,05	3,20	15,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,7	1,7	0,01	1,17	0,02	10,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,35	0,40	2,22	13,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,7	1,7	0,01	1,17	0,02	10,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,20</b>	<b>6,84</b>	<b>66,12</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	161,3	129,1	2,25	0,14	5,87	33,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
МОРКОВЬ	5,47	4,1	0,05	0,00	0,27	1,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК брусничный (С)</b>		<b>150</b>	<b>0,14</b>	<b>0,08</b>	<b>18,88</b>	<b>76,75</b>
БРУСНИКА	18,7	18,4	0,14	0,08	1,46	7,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>7,92</b>	<b>39,60</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	20	1,32	0,24	7,92	39,60
		<b>550</b>	<b>16,33</b>	<b>17,47</b>	<b>68,90</b>	<b>496,61</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>180</b>	<b>5,25</b>	<b>5,75</b>	<b>8,59</b>	<b>107,10</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ВАФЛИ,пряники,шоколад, конфеты, зефир, печенье)</b>		<b>20</b>	<b>0,56</b>	<b>0,66</b>	<b>15,46</b>	<b>70,80</b>
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,56	0,66	15,46	70,80
		<b>200</b>	<b>5,81</b>	<b>6,41</b>	<b>24,05</b>	<b>177,90</b>
<b>Ужин</b>						
<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ (минтай) (С)</b>		<b>130</b>	<b>8,25</b>	<b>7,64</b>	<b>10,67</b>	<b>144,52</b>
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	81,9	40,95	6,28	0,36	0,00	28,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,6	2,6	0,02	1,80	0,03	16,43
КАРТОФЕЛЬ	83,42	50,05	0,98	0,22	7,83	37,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,9	42,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,19	0,00	19,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,27	1,54	9,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,9	0,8	0,01	0,00	0,07	0,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,95	1,95	0,25	0,00	1,16	5,66
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,15	1,95	0,44	0,55	0,00	6,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,25	3,25	0,03	2,25	0,04	20,54

СОКИ в ассортименте		150	0,75	0,00	19,05	82,50
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,75	0,00	19,05	82,50
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		20	1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		100	0,42	0,45	9,70	40,30
ЯБЛОКИ порционно	102	100	0,42	0,45	9,70	40,30
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>10,94</b>	<b>8,25</b>	<b>49,26</b>	<b>314,32</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,42</b>	<b>44,40</b>	<b>195,12</b>	<b>1 358,79</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ жидкая (Р)	150/4		4,47	6,38	18,39	148,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,14	1,08	10,70	61,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	83	83	2,30	2,53	3,77	47,04
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ЧАЙ с сахаром (И)	180		0,12	0,03	11,66	47,33
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,03	0,04	0,89
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,4	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>363</b>		<b>7,55</b>	<b>10,90</b>	<b>40,11</b>	<b>288,81</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,80	2,50	4,51	56,51
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (С)	30		0,22	2,98	0,68	30,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	34,2	27,3	0,22	0,03	0,68	3,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,80	5,29	6,33	88,21
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
СВЕКЛА	32,67	24,5	0,35	0,03	2,08	9,94
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,1	12,1	0,21	0,01	0,55	3,16
КАРТОФЕЛЬ	21,17	12,7	0,25	0,06	1,99	9,44
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,44

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,05	0,00	0,16	0,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,7	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (минтай)</b>		<b>60</b>	<b>5,03</b>	<b>2,43</b>	<b>4,45</b>	<b>59,88</b>
РЫБА МИНТАЙ РАЗДЕЛАННЫЙ Б/Г	41,3	24,8	3,80	0,21	0,00	17,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,39	0,04	2,53	12,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,20	0,23	0,34	4,25
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	3	0,37	0,33	0,02	4,51
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,3	0,07	0,01	0,42	2,07
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,17	1,01	6,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,44	0,00	12,89
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,04	0,00	0,13	0,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,3	20,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,35</b>	<b>4,05</b>	<b>14,97</b>	<b>105,72</b>
КАРТОФЕЛЬ	149	89,4	1,75	0,39	13,99	66,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,2	20,2	0,56	0,61	0,92	11,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК яблочный (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,08</b>	<b>0,08</b>	<b>12,71</b>	<b>51,86</b>
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,08	0,08	1,77	8,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,3	11,3	0,00	0,00	10,94	43,74
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>7,92</b>	<b>39,60</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	20	1,32	0,24	7,92	39,60
		<b>556</b>	<b>14,32</b>	<b>15,23</b>	<b>56,90</b>	<b>422,67</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>150</b>	<b>4,37</b>	<b>4,80</b>	<b>7,17</b>	<b>89,25</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,37	4,80	7,17	89,25
<b>БУЛОЧКА ПЛЮШКА (н/в) (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,21</b>	<b>2,56</b>	<b>24,67</b>	<b>130,56</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,33	33,33	3,49	3,99	22,41	139,48
ДРОЖЖИ	0,42	0,42	0,05	0,01	0,01	0,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,83	15,83	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	42,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,33	0,41	0,37	0,02	5,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,83	0,83	0,00	0,80	0,00	7,13
		<b>200</b>	<b>6,58</b>	<b>7,36</b>	<b>31,84</b>	<b>219,81</b>
<b>Ужин</b>						
<b>БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (С)</b>		<b>50</b>	<b>9,89</b>	<b>8,70</b>	<b>1,76</b>	<b>124,98</b>
ГОВЯДИНА Б/К	60,43	51	9,18	7,81	1,18	111,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,10	0,02	0,55	2,74
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,03	0,61	0,55	0,03	7,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ для жарки	0,34	0,34	0,00	0,32	0,00	2,92
<b>АССОРТИ ОВОЩНОЕ (С)</b>		<b>110</b>	<b>1,66</b>	<b>4,55</b>	<b>8,85</b>	<b>82,94</b>
КАРТОФЕЛЬ	36,67	22	0,43	0,10	3,44	16,35
МОРКОВЬ	26,4	19,8	0,24	0,02	1,32	6,44
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	13,8	11	0,19	0,01	0,50	2,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,2	22	0,29	0,05	1,75	8,58

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	13,6	8,8	0,26	0,02	0,55	3,41
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,6	1,6	0,01	1,11	0,02	10,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,19	1,08	6,69
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,04	0,00	0,13	0,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>17,39</b>	<b>70,89</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17	17	0,33	0,00	9,65	39,93
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>95</b>	<b>0,81</b>	<b>0,21</b>	<b>7,67</b>	<b>35,79</b>
АПЕЛЬСИН порционно	96,9	95	0,81	0,21	7,67	35,79
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>425</b>	<b>14,21</b>	<b>13,62</b>	<b>45,51</b>	<b>361,60</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,46</b>	<b>49,61</b>	<b>178,87</b>	<b>1 349,40</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С)	150		3,38	3,28	13,39	96,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,09	2,29	3,41	42,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0,00	0,00	0,00	0,00
ВЕРМИШЕЛЬ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,28	0,16	8,21	39,34
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,2	1,2	0,01	0,83	0,02	7,59
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (И)	180		1,81	1,71	13,61	77,08
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,56	0,34	0,23	6,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0,00	0,00	11,33	45,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,25	1,37	2,05	25,50
БУТЕРБРОД с маслом (23) (И)	23		1,55	2,30	9,88	66,55
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,4	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>359</b>		<b>8,13</b>	<b>9,04</b>	<b>36,88</b>	<b>261,30</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,20	54,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,90	2,50	4,20	54,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,20</b>	<b>54,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ порциями	30		0,26	0,03	0,49	3,28
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	31,91	30	0,26	0,03	0,49	3,28
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,89	5,50	5,91	88,81
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,8	33,5	0,58	0,04	1,52	8,76
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,35	0,08	2,81	13,38
МОРКОВЬ	7,6	5,7	0,07	0,01	0,38	1,85

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,29	0,00	20,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,7	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>ПЛОВ из птицы (И)</b>		<b>130</b>	<b>10,34</b>	<b>11,76</b>	<b>22,43</b>	<b>236,76</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	63,5	45,7	8,04	8,04	0,19	105,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,9	4,9	0,04	3,40	0,06	30,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,2	8,5	0,12	0,02	0,68	3,32
МОРКОВЬ	10,13	7,6	0,10	0,01	0,50	2,47
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
КРУПА РИСОВАЯ	29,6	29,3	1,99	0,29	20,85	93,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК ягодный (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,09</b>	<b>0,04</b>	<b>9,36</b>	<b>39,72</b>
ЯГОДЫ СВ/М	18,4	18	0,09	0,04	0,65	4,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>7,92</b>	<b>39,60</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	20	1,32	0,24	7,92	39,60
		<b>516</b>	<b>17,42</b>	<b>17,73</b>	<b>55,95</b>	<b>455,17</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>180</b>	<b>5,25</b>	<b>5,75</b>	<b>8,59</b>	<b>107,10</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ, вафли, зефир, конфеты, шоколад, печенье)</b>		<b>20</b>	<b>1,18</b>	<b>0,94</b>	<b>15,00</b>	<b>73,20</b>
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
		<b>200</b>	<b>6,43</b>	<b>6,69</b>	<b>23,59</b>	<b>180,30</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и молоком сгущенным (С)</b>		<b>150/15</b>	<b>11,89</b>	<b>11,10</b>	<b>35,97</b>	<b>291,72</b>
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	46,8	45,8	7,95	3,93	2,27	76,32
КРУПА МАННАЯ	6,8	6,8	0,68	0,07	4,62	21,96
САХАР ПЕСОК	15,6	15,6	0,00	0,00	15,10	60,37
МОРКОВЬ	46,27	34,7	0,43	0,04	2,31	11,30
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,6	0,56	0,50	0,03	6,91
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,2	20,2	0,56	0,61	0,92	11,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0,00	4,10	0,00	36,96
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,3	4,3	0,55	0,00	2,56	12,46
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,3	4,3	0,11	0,63	0,15	6,76
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,05	1,22	8,01	47,23
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,15</b>	<b>19,80</b>	<b>90,00</b>
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	150	1,05	0,15	19,80	90,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00

ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		105	0,44	0,36	10,76	47,99
ГРУША порционно	107,1	105	0,44	0,36	10,76	47,99
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>440</b>	<b>14,90</b>	<b>11,77</b>	<b>76,37</b>	<b>476,71</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,78</b>	<b>47,73</b>	<b>196,99</b>	<b>1 427,48</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ (С)	150		3,55	3,50	11,72	92,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,09	2,29	3,41	42,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,8	82,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	12	11,9	1,45	0,38	6,54	35,32
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,2	1,2	0,01	0,83	0,02	7,59
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Р)	180		0,15	0,04	13,28	53,98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0,00	0,00	13,07	52,25
ЛИМОН	10,5	6,3	0,05	0,01	0,18	0,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5		0,04	3,57	0,07	32,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,57	0,07	32,59
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,4	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>361</b>		<b>6,67</b>	<b>9,46</b>	<b>35,09</b>	<b>252,02</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,00	53,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (С)	40		0,41	3,99	1,46	43,55
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	28,8	24,4	0,26	0,05	0,93	5,25
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5,2	4	0,05	0,00	0,13	0,80
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	5,3	4	0,05	0,00	0,20	1,03
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	5,3	4	0,05	0,00	0,20	1,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,94	0,00	35,44

<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ и курицей (И)</b>		150/15	5,20	5,85	11,79	120,63
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	26,25	18,9	3,33	3,33	0,08	43,55
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,2	6,2	0,65	0,74	4,17	25,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,8	0,22	0,19	0,01	2,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,81	0,18	6,57	31,21
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,98	6,7	0,09	0,01	0,53	2,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112	112	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ (И)</b>		50	7,32	3,21	5,41	79,78
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	37,64	35	6,04	1,26	1,78	42,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,95
МОРКОВЬ	6,67	5	0,06	0,01	0,33	1,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,67	1,67	0,01	1,15	0,02	10,55
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,37	0,04	2,39	11,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,30	0,46	5,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,44	0,03	6,01
<b>ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (И)</b>		110	1,95	3,93	10,40	84,83
КАРТОФЕЛЬ	73,33	44	0,85	0,19	6,89	32,70
МОРКОВЬ	11,07	8,3	0,11	0,01	0,55	2,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	51,3	41,1	0,72	0,05	1,87	10,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,2	2,2	0,02	1,52	0,03	13,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,7	29,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,2	2,2	0,02	1,52	0,03	13,91
ЛЕЧО ОВОЩНОЕ	7,7	7,3	0,14	0,63	0,54	8,43
<b>СОКИ в ассортименте</b>		150	0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		15	0,99	0,18	5,94	29,70
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>545</b>	<b>17,76</b>	<b>17,43</b>	<b>57,53</b>	<b>458,24</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ (Р)</b>		150	0,19	0,05	12,82	52,55
АПЕЛЬСИН	36	24,1	0,19	0,05	1,88	8,81
САХАР ПЕСОК	11,3	11,3	0,00	0,00	10,94	43,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ (С)</b>		60	3,09	1,56	33,41	159,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	26,2	26,2	2,75	3,13	17,62	109,64
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,06	0,01	0,01	0,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,2	12,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	0,7	0,7	0,01	0,49	0,01	4,42
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ на подпыл	1,1	1,1	0,12	0,14	0,74	4,61
ЯБЛОКИ	36,3	32	0,13	0,14	3,01	13,82
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0,00	0,00	9,49	37,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,15	0,14	0,01	1,80
		<b>210</b>	<b>3,28</b>	<b>1,61</b>	<b>46,23</b>	<b>212,36</b>
<b>Ужин</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (И)		150	16,12	16,30	2,90	222,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,01 шт.	121,2	14,82	13,30	0,77	182,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	46,2	46,2	1,28	1,41	2,10	26,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,3	2,3	0,02	1,59	0,03	14,54
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВ/М (И)		150	0,09	0,03	18,78	77,27
ЯГОДЫ СВ/М	17	16,7	0,08	0,03	0,60	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0,01	0,00	7,53	30,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		20	1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		100	0,42	0,45	9,70	40,30
ЯБЛОКИ порционно	102,04	100	0,42	0,45	9,70	40,30
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>420</b>	<b>18,15</b>	<b>16,94</b>	<b>41,22</b>	<b>387,37</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,76</b>	<b>47,94</b>	<b>184,07</b>	<b>1 362,99</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПОЛЕЗНАЯ (пшенно-кукурузная) МОЛОЧНАЯ жидкая (Р)	140/4		4,51	5,44	23,74	161,96
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	13,7	13,6	1,09	0,16	9,29	42,98
ПШЕНО	13,7	13,6	1,51	0,43	8,70	44,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	68	68	1,88	2,08	3,09	38,54
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0,00	0,00	2,61	10,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ЧАЙ с молоком (И)	180		1,49	1,55	11,02	63,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,39	1,52	2,28	28,33
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,4	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>350</b>		<b>8,93</b>	<b>9,34</b>	<b>44,78</b>	<b>298,93</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,80	2,50	4,51	56,51
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (Ог/Гр)	30		0,54	1,56	2,82	27,42
КАРТОФЕЛЬ	20	12	0,23	0,05	1,88	8,91
МОРКОВЬ	7,2	5,4	0,07	0,01	0,36	1,76
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	8,3	5,4	0,16	0,01	0,34	2,10
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	3,8	3	0,04	0,00	0,10	0,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	5,5	5,4	0,04	0,01	0,14	0,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,48	0,00	13,29
СВЕКОЛЬНИК с мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,94	5,33	8,26	96,91
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
СВЕКЛА	48,53	36,4	0,52	0,04	3,07	14,76

КАРТОФЕЛЬ	38	22,8	0,45	0,10	3,57	16,95
МОРКОВЬ	7,6	5,7	0,07	0,01	0,38	1,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,06	0,00	0,19	1,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,1	92,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" (С)</b>		<b>50</b>	<b>8,09</b>	<b>10,16</b>	<b>4,84</b>	<b>143,09</b>
ГОВЯДИНА Б/К	43,84	37	6,65	5,66	0,86	81,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0,04	0,01	0,24	1,17
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	7	7	0,19	0,21	0,32	3,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ для жарки	4	4	0,00	3,82	0,00	34,38
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,20</b>	<b>6,84</b>	<b>66,12</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	161,3	129,1	2,25	0,14	5,87	33,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
МОРКОВЬ	5,47	4,1	0,05	0,00	0,27	1,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,85</b>	<b>0,05</b>	<b>15,68</b>	<b>67,29</b>
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	17	17	0,85	0,05	8,41	38,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,18</b>	<b>5,94</b>	<b>29,70</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>536</b>	<b>18,03</b>	<b>20,60</b>	<b>51,76</b>	<b>465,78</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>150</b>	<b>4,37</b>	<b>4,80</b>	<b>7,17</b>	<b>89,25</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,37	4,80	7,17	89,25
<b>БАНТИКИ С БРУСНИКОЙ (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,22</b>	<b>1,88</b>	<b>25,12</b>	<b>126,16</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	24,8	24,8	2,60	2,97	16,67	103,78
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,16	0,15	0,01	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,86	0,00	7,73
БРУСНИКА	27,8	27,3	0,19	0,12	2,16	10,51
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ на подпыл	1,2	1,2	0,13	0,15	0,81	5,02
		<b>200</b>	<b>6,59</b>	<b>6,68</b>	<b>32,29</b>	<b>215,41</b>
<b>Ужин</b>						
<b>БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ (С)</b>		<b>50</b>	<b>7,59</b>	<b>8,36</b>	<b>5,00</b>	<b>125,72</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ на филе	59,96	35,98	6,53	5,62	0,00	76,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА В/С	9	9	0,67	0,26	4,37	22,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,36	0,40	0,59	7,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1	1	0,01	0,69	0,01	6,32

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (И)		110	2,35	4,05	14,97	105,72
КАРТОФЕЛЬ	149	89,4	1,75	0,39	13,99	66,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,2	20,2	0,56	0,61	0,92	11,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>76,50</b>
СОК ВИШНЕВЫЙ	150	150	1,05	0,30	17,10	76,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>95</b>	<b>0,81</b>	<b>0,21</b>	<b>7,04</b>	<b>33,31</b>
МАНДАРИН порционно	96,94	95	0,81	0,21	7,04	33,31
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>420</b>	<b>12,94</b>	<b>13,04</b>	<b>51,49</b>	<b>376,50</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,29</b>	<b>52,16</b>	<b>184,83</b>	<b>1 413,13</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ жидкая (Р)	150/4		4,47	6,38	18,39	148,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,14	1,08	10,70	61,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	83	83	2,30	2,53	3,77	47,04
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (И)	180		1,81	1,71	13,61	77,08
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,56	0,34	0,23	6,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0,00	0,00	11,33	45,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,25	1,37	2,05	25,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	<b>354</b>		<b>7,80</b>	<b>8,25</b>	<b>41,84</b>	<b>272,94</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,80	2,50	4,51	56,51
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (С)	30		0,31	3,01	1,31	33,61
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	25,2	21,3	0,23	0,05	0,81	4,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,1	0,08	0,01	0,50	2,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ с зеленым горошком и мясом	150/10		3,75	4,53	6,98	83,59
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,4	12,3	0,21	0,01	0,56	3,22
КАРТОФЕЛЬ	51,33	30,8	0,60	0,14	4,82	22,89
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,6	4,9	0,15	0,01	0,31	1,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,1	3,1	0,03	2,15	0,04	19,59

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116,9	116,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ с говядиной (С)</b>		<b>130</b>	<b>13,97</b>	<b>13,17</b>	<b>13,88</b>	<b>229,93</b>
ГОВЯДИНА Б/К	81,2	68,4	12,31	10,48	1,59	149,89
КАРТОФЕЛЬ	115,67	69,4	1,35	0,30	10,85	51,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,6	0,12	0,02	0,68	3,36
МОРКОВЬ	10,4	7,8	0,10	0,01	0,52	2,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,4	3,4	0,03	2,36	0,04	21,50
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,06	0,00	0,20	1,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>19,05</b>	<b>82,50</b>
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,75	0,00	19,05	82,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,18</b>	<b>5,94</b>	<b>29,70</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>500</b>	<b>20,91</b>	<b>21,01</b>	<b>54,54</b>	<b>494,58</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>180</b>	<b>5,25</b>	<b>5,75</b>	<b>8,59</b>	<b>107,10</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР,печенье, вафли, пряники, конфеты, шоколад)</b>		<b>20</b>	<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>15,96</b>	<b>65,20</b>
ЗЕФИР	20	20	0,16	0,02	15,96	65,20
		<b>200</b>	<b>5,41</b>	<b>5,77</b>	<b>24,55</b>	<b>172,30</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ нарезка</b>		<b>40</b>	<b>0,32</b>	<b>0,04</b>	<b>1,00</b>	<b>5,60</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,4	40	0,32	0,04	1,00	5,60
<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ из птицы (С)</b>		<b>50</b>	<b>8,20</b>	<b>8,56</b>	<b>8,14</b>	<b>142,35</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	51,39	37	6,51	6,51	0,16	85,25
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	9	9	0,67	0,26	4,37	22,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,36	0,40	0,59	7,36
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ с морковью (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,20</b>	<b>4,00</b>	<b>14,15</b>	<b>101,30</b>
КАРТОФЕЛЬ	129,17	77,5	1,51	0,34	12,13	57,60
МОРКОВЬ	25,73	19,3	0,24	0,02	1,29	6,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7	0,41	0,45	0,67	8,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,6	4,6	0,04	3,19	0,06	29,08
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК клюквенный</b>		<b>180</b>	<b>0,12</b>	<b>0,05</b>	<b>13,97</b>	<b>56,78</b>
КЛЮКВА	22,9	22,6	0,12	0,05	0,81	4,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,8	182,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	13,6	13,6	0,00	0,00	13,16	52,63
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		<b>400</b>	<b>12,36</b>	<b>12,81</b>	<b>47,10</b>	<b>353,03</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,28</b>	<b>50,34</b>	<b>172,54</b>	<b>1 349,36</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (Л)	150/5		4,36	6,96	18,41	153,64
ПШЕНО	14,1	14	1,55	0,45	8,95	46,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,77	3,05	4,55	56,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Р)	180		0,15	0,04	13,28	53,98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0,00	0,00	13,07	52,25
ЛИМОН	10,5	6,3	0,05	0,01	0,18	0,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
	<b>358</b>		<b>6,08</b>	<b>9,74</b>	<b>41,75</b>	<b>278,97</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,00	53,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (С)	30		0,22	2,98	0,68	30,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	34,2	27,3	0,22	0,03	0,68	3,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,80	5,29	6,33	88,21
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
СВЕКЛА	32,67	24,5	0,35	0,03	2,08	9,94
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,1	12,1	0,21	0,01	0,55	3,16
КАРТОФЕЛЬ	21,17	12,7	0,25	0,06	1,99	9,44
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,05	0,00	0,16	0,89

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,7	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ со сметанным соусом (С)</b>		<b>50/15</b>	<b>9,54</b>	<b>11,19</b>	<b>6,85</b>	<b>166,31</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	64,2	46,22	8,13	8,13	0,19	106,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,7	10,7	0,79	0,09	5,10	24,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13,6	13,6	0,38	0,42	0,62	7,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,7	2,7	0,02	1,87	0,04	17,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,75	3,75	0,10	0,54	0,14	5,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,13	1,13	0,12	0,14	0,76	4,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,25	11,25	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,12	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ и кукурузой (Р)</b>		<b>110</b>	<b>2,88</b>	<b>3,51</b>	<b>26,66</b>	<b>149,55</b>
КРУПА РИСОВАЯ	35,6	35,3	2,40	0,35	25,12	113,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,1	68,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,1	0,08	0,01	0,49	2,38
МОРКОВЬ	8,13	6,1	0,08	0,01	0,41	1,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,5	1,5	0,01	1,04	0,02	9,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,08	0,04	18,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	13,1	9,2	0,28	0,02	0,58	3,57
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>17,39</b>	<b>70,89</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17	17	0,33	0,00	9,65	39,93
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>536</b>	<b>17,91</b>	<b>23,09</b>	<b>65,29</b>	<b>540,61</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВ/М (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>18,78</b>	<b>77,27</b>
ЯГОДЫ СВ/М	17	16,7	0,08	0,03	0,60	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0,01	0,00	7,53	30,16
<b>БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ (н/м) (С)</b>		<b>50</b>	<b>5,41</b>	<b>5,21</b>	<b>17,04</b>	<b>136,57</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	3,50	19,70	122,62
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ на подпыл	1,6	1,6	0,16	0,19	1,08	6,69
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0,00	0,00	4,16	16,65
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1	1	0,01	0,69	0,01	6,32
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,4	0,53	0,49	0,03	6,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,26	0,39	4,87
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	13,8	13,4	2,33	1,15	0,67	22,33
ДРОЖЖИ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,16	0,15	0,01	1,95
		<b>200</b>	<b>5,50</b>	<b>5,24</b>	<b>35,82</b>	<b>213,84</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ с соусом томатным (б/р) (горбуша) (С)</b>		<b>50/20</b>	<b>7,72</b>	<b>7,16</b>	<b>7,27</b>	<b>124,28</b>
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	49,25	33	6,55	2,05	0,00	44,59
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,51	0,06	3,34	15,96

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,10	0,02	0,55	2,74
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,48	2,69	16,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,82	0,00	34,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	0,9	0,9	0,01	0,62	0,01	5,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,10	0,11	0,60	3,76
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0,03	0,00	0,08	0,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,35</b>	<b>4,05</b>	<b>14,97</b>	<b>105,72</b>
КАРТОФЕЛЬ	149	89,4	1,75	0,39	13,99	66,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,2	20,2	0,56	0,61	0,92	11,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>95</b>	<b>0,81</b>	<b>0,21</b>	<b>7,67</b>	<b>35,79</b>
АПЕЛЬСИН порционно	96,9	95	0,81	0,21	7,67	35,79
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>440</b>	<b>12,77</b>	<b>11,69</b>	<b>52,44</b>	<b>365,54</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,16</b>	<b>52,26</b>	<b>199,30</b>	<b>1 451,96</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (И)	150/4		5,12	6,03	20,31	156,06
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	23,2	22,9	2,77	0,72	12,59	67,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	83,5	83,5	2,32	2,54	3,80	47,32
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,1	18,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ЧАЙ с молоком (И)	180		1,49	1,55	11,02	63,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,39	1,52	2,28	28,33
БУТЕРБРОД с маслом (23) (И)	23		1,55	2,30	9,88	66,55
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
	<b>357</b>		<b>8,16</b>	<b>9,88</b>	<b>41,21</b>	<b>286,51</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,70	2,50	10,80	79,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,70	2,50	10,80	79,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,70</b>	<b>2,50</b>	<b>10,80</b>	<b>79,00</b>
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с зеленым горошком (И)	30		0,57	2,34	2,98	35,11
КАРТОФЕЛЬ	17,33	10,4	0,20	0,05	1,63	7,73
СВЕКЛА	7,47	5,6	0,08	0,01	0,48	2,27
МОРКОВЬ	6	4,5	0,06	0,00	0,30	1,46
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6,1	5,8	0,05	0,01	0,10	0,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,3	1,9	0,03	0,00	0,16	0,74
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,5	4,9	0,15	0,01	0,31	1,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,26	0,00	20,38
УХА С ГОРБУШЕЙ, КАРТОФЕЛЕМ и пшеном (Р)	150/15		6,85	3,12	11,37	100,87
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	39,25	26,3	5,22	1,63	0,00	35,53
КАРТОФЕЛЬ	77,83	46,7	0,91	0,20	7,30	34,71

МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,11	0,02	0,62	3,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,6	1,6	0,01	1,11	0,02	10,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,1	112,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	4,7	4,7	0,52	0,15	3,01	15,44
<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (С)</b>		<b>130</b>	<b>10,04</b>	<b>13,99</b>	<b>20,69</b>	<b>248,66</b>
ГОВЯДИНА Б/К	49,3	41,6	7,49	6,37	0,97	91,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,1	2,1	0,02	1,46	0,03	13,28
КАРТОФЕЛЬ	201	120,6	2,35	0,52	18,87	89,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,4	9,4	0,13	0,02	0,75	3,67
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,1	2,1	0,02	1,46	0,03	13,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	2,1	2,1	0,00	2,01	0,00	18,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,1	3,1	0,03	2,15	0,04	19,59
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,45</b>	<b>0,30</b>	<b>24,45</b>	<b>105,00</b>
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	150	150	0,45	0,30	24,45	105,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>490</b>	<b>19,05</b>	<b>19,87</b>	<b>66,87</b>	<b>524,89</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>180</b>	<b>5,25</b>	<b>5,75</b>	<b>8,59</b>	<b>107,10</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ВАФЛИ,пряники,шоколад, конфеты, зефир, печенье)</b>		<b>20</b>	<b>0,56</b>	<b>0,66</b>	<b>15,46</b>	<b>70,80</b>
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,56	0,66	15,46	70,80
		<b>200</b>	<b>5,81</b>	<b>6,41</b>	<b>24,05</b>	<b>177,90</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (И)</b>		<b>130</b>	<b>13,97</b>	<b>14,13</b>	<b>2,51</b>	<b>193,05</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,61 шт.	105	12,84	11,52	0,66	157,74
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,11	1,22	1,82	22,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
<b>КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВ/М (Л)</b>		<b>150</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>12,05</b>	<b>49,70</b>
ЯГОДЫ СВ/М	12,2	12	0,06	0,02	0,43	3,26
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145	145	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>100</b>	<b>0,42</b>	<b>0,45</b>	<b>9,70</b>	<b>40,30</b>
ЯБЛОКИ порционно	102	100	0,42	0,45	9,70	40,30
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>15,97</b>	<b>14,76</b>	<b>34,10</b>	<b>330,05</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,69</b>	<b>53,42</b>	<b>177,03</b>	<b>1 398,35</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (И)	140/5		3,64	6,04	22,34	158,18
КРУПА РИСОВАЯ	21,5	21,3	1,45	0,21	15,16	68,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	77,6	77,6	2,15	2,37	3,53	43,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КАКАО с молоком (И)	180		2,96	3,04	12,99	91,08
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,25
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,49	2,75	4,09	51,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	25		1,93	0,75	12,53	64,75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
	<b>350</b>		<b>8,53</b>	<b>9,83</b>	<b>47,86</b>	<b>314,01</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,80	2,50	4,51	56,51
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИНКА (И)	30		0,89	2,05	2,31	31,03
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	33	23,1	0,70	0,05	1,46	8,96
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6,1	5,8	0,05	0,01	0,10	0,63
МОРКОВЬ	11,2	8,4	0,11	0,01	0,56	2,74
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,03	0,01	0,19	0,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,97	0,00	17,72
СВЕКОЛЬНИК с мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,94	5,33	8,26	96,91
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
СВЕКЛА	48,53	36,4	0,52	0,04	3,07	14,76
КАРТОФЕЛЬ	38	22,8	0,45	0,10	3,57	16,95
МОРКОВЬ	7,6	5,7	0,07	0,01	0,38	1,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,06	0,00	0,19	1,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,1	92,1	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (И)</b>		<b>60</b>	<b>9,12</b>	<b>6,32</b>	<b>4,61</b>	<b>112,09</b>
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	53	49,3	8,52	1,77	2,50	59,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,1	6,8	0,09	0,01	0,54	2,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,17	1,01	6,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,39	17,29
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,04	0,00	0,12	0,59
<b>КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (С)</b>		<b>110</b>	<b>2,17</b>	<b>3,03</b>	<b>17,26</b>	<b>104,95</b>
КАРТОФЕЛЬ	183,33	110	2,14	0,49	17,21	81,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,67	3,67	0,03	2,54	0,05	23,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,73	0,73	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77	77	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,34</b>	<b>0,07</b>	<b>21,89</b>	<b>89,48</b>
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,34	0,07	9,50	39,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,8	12,8	0,00	0,00	12,39	49,54
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>531</b>	<b>17,60</b>	<b>16,92</b>	<b>61,71</b>	<b>469,71</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>150</b>	<b>4,37</b>	<b>4,80</b>	<b>7,17</b>	<b>89,25</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,37	4,80	7,17	89,25
<b>БУЛОЧКА ПЛЮШКА (н/в) (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,21</b>	<b>2,56</b>	<b>24,67</b>	<b>130,56</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,33	33,33	3,49	3,99	22,41	139,48
ДРОЖЖИ	0,42	0,42	0,05	0,01	0,01	0,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,83	15,83	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	42,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,33	0,41	0,37	0,02	5,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,83	0,83	0,00	0,80	0,00	7,13
		<b>200</b>	<b>6,58</b>	<b>7,36</b>	<b>31,84</b>	<b>219,81</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ с яблоками (Р)</b>		<b>130</b>	<b>13,53</b>	<b>7,05</b>	<b>36,33</b>	<b>263,57</b>
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	59,7	58,5	10,17	5,02	2,91	97,48
КРУПА МАННАЯ	24,7	24,7	2,46	0,24	16,77	79,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52	52	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,65	0,08	0,07	0,00	0,98
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЯБЛОКИ	22,16	19,5	0,08	0,09	1,83	8,42
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,67	0,00	3,10	15,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,95	1,95	0,02	1,35	0,03	12,33
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,95	1,95	0,05	0,28	0,07	3,07
<b>НАПИТОК ягодный (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,09</b>	<b>0,04</b>	<b>9,36</b>	<b>39,72</b>
ЯГОДЫ СВ/М	18,4	18	0,09	0,04	0,65	4,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25

ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		105	0,89	0,23	7,78	36,81
МАНДАРИН порционно	107,1	105	0,89	0,23	7,78	36,81
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>15,65</b>	<b>7,44</b>	<b>60,85</b>	<b>375,35</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,16</b>	<b>44,05</b>	<b>206,77</b>	<b>1 435,39</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ (И)	150		5,13	5,59	15,30	131,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,33	3,66	5,46	68,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ОВСЯНАЯ	15,23	15	1,79	0,89	8,66	49,76
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,5	1,5	0,01	1,04	0,02	9,49
ЧАЙ с сахаром (И)	180		0,12	0,03	11,66	47,33
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,03	0,04	0,89
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,4	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>359</b>		<b>8,19</b>	<b>9,67</b>	<b>36,84</b>	<b>267,05</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,00	53,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ порциями	30		0,26	0,03	0,49	3,28
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	31,91	30	0,26	0,03	0,49	3,28
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ с сухариками (И)	150/10		2,75	2,55	19,57	112,16
КАРТОФЕЛЬ	113,67	68,2	1,33	0,30	10,67	50,68
МОРКОВЬ	4,13	3,1	0,04	0,00	0,20	1,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,9	2,9	0,02	2,01	0,04	18,33
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,7	0,7	0,08	0,09	0,48	2,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78,6	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	7	0,10	0,02	0,55	2,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,18	0,13	7,63	36,47

ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ (без т/п) (И)		130	10,23	13,03	27,28	267,23
ГОВЯДИНА Б/К	49,9	42,1	7,58	6,45	0,98	92,26
КРУПА РИСОВАЯ	35,1	34,8	2,37	0,34	24,76	111,56
МОРКОВЬ	17,33	13	0,16	0,01	0,86	4,23
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	8,5	0,12	0,02	0,68	3,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,5	6,5	0,00	6,21	0,00	55,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК из плодов шиповника (Р)		150	0,49	0,20	19,32	90,47
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	12,7	12,7	0,00	0,00	12,29	49,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	0,99	0,18	5,94	29,70
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>485</b>	<b>14,72</b>	<b>15,99</b>	<b>72,60</b>	<b>502,84</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)		150	4,37	4,80	7,17	89,25
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,37	4,80	7,17	89,25
БАНИКИ С КУРАГОЙ (Р)		50	2,21	1,87	25,08	125,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,8	24,8	2,60	2,97	16,67	103,78
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,16	0,15	0,01	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,86	0,00	7,73
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	9	9	0,46	0,03	4,45	20,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
		<b>200</b>	<b>6,58</b>	<b>6,67</b>	<b>32,25</b>	<b>215,24</b>
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ по-волжски (горбуша, с/м) (Р)		50	9,83	6,68	3,08	108,36
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	54	36,2	7,19	2,24	0,00	48,91
СВИНИНА МЯСНАЯ Б/К	12	10,8	1,58	2,86	0,25	29,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,9	0,10	0,02	0,54	2,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,8	0,47	0,42	0,02	5,71
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,8	3,8	0,49	0,00	2,27	11,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	1,2	1,2	0,00	1,14	0,00	10,31
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ с морковью (И)		110	2,20	4,00	14,15	101,30
КАРТОФЕЛЬ	129,17	77,5	1,51	0,34	12,13	57,60
МОРКОВЬ	25,73	19,3	0,24	0,02	1,29	6,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7	0,41	0,45	0,67	8,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,6	4,6	0,04	3,19	0,06	29,08
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ в ассортименте		150	1,05	0,30	17,10	76,50
СОК ВИШНЕВЫЙ	150	150	1,05	0,30	17,10	76,50
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25

ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		95	0,40	0,32	9,74	43,42
ГРУША порционно	96,9	95	0,40	0,32	9,74	43,42
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>420</b>	<b>14,62</b>	<b>11,42</b>	<b>51,45</b>	<b>364,83</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,01</b>	<b>46,25</b>	<b>197,14</b>	<b>1 402,96</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С)	150		3,38	3,28	13,39	96,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,09	2,29	3,41	42,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0,00	0,00	0,00	0,00
ВЕРМИШЕЛЬ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,28	0,16	8,21	39,34
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,2	1,2	0,01	0,83	0,02	7,59
КАКАО с молоком (И)	180		2,96	3,04	12,99	91,08
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,25
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,49	2,75	4,09	51,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	25		1,93	0,75	12,53	64,75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
	<b>358</b>		<b>8,30</b>	<b>9,21</b>	<b>38,95</b>	<b>271,78</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,20	54,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,20	54,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,20</b>	<b>54,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (С)	30		0,27	3,00	1,04	32,23
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	16,2	13,8	0,15	0,03	0,53	2,97
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	13,2	10,5	0,08	0,01	0,26	1,47
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,25	1,21
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ и мясом	150/10		4,88	6,29	13,43	129,65
ГОВЯДИНА Б/К	17,06	14,4	2,59	2,20	0,34	31,55
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	11,1	11,1	1,16	1,33	7,46	46,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,2	1,2	0,01	0,83	0,02	7,59

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3	0,37	0,33	0,02	4,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	50,17	30,1	0,59	0,14	4,71	22,37
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,44	0,00	12,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,9	112,9	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОТЛета "ЗДОРОВЬЕ" (С)</b>		<b>50</b>	<b>8,09</b>	<b>10,16</b>	<b>4,84</b>	<b>143,09</b>
ГОВЯДИНА Б/К	43,84	37	6,65	5,66	0,86	81,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0,04	0,01	0,24	1,17
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	7	7	0,19	0,21	0,32	3,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ для жарки	4	4	0,00	3,82	0,00	34,38
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,20</b>	<b>6,84</b>	<b>66,12</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	161,3	129,1	2,25	0,14	5,87	33,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
МОРКОВЬ	5,47	4,1	0,05	0,00	0,27	1,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК брусничный (С)</b>		<b>150</b>	<b>0,14</b>	<b>0,08</b>	<b>18,88</b>	<b>76,75</b>
БРУСНИКА	18,7	18,4	0,14	0,08	1,46	7,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,18</b>	<b>5,94</b>	<b>29,70</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>530</b>	<b>17,99</b>	<b>23,03</b>	<b>58,35</b>	<b>512,79</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>180</b>	<b>5,25</b>	<b>5,75</b>	<b>8,59</b>	<b>107,10</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ВАФЛИ, пряники, шоколад, конфеты, зефир, печенье)</b>		<b>20</b>	<b>0,56</b>	<b>0,66</b>	<b>15,46</b>	<b>70,80</b>
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,56	0,66	15,46	70,80
		<b>200</b>	<b>5,81</b>	<b>6,41</b>	<b>24,05</b>	<b>177,90</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ нарезка</b>		<b>30</b>	<b>0,24</b>	<b>0,03</b>	<b>0,75</b>	<b>4,20</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,24	0,03	0,75	4,20
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (минтай)</b>		<b>60</b>	<b>5,03</b>	<b>2,43</b>	<b>4,45</b>	<b>59,88</b>
РЫБА МИНТАЙ РАЗДЕЛАННЫЙ Б/Г	41,3	24,8	3,80	0,21	0,00	17,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,39	0,04	2,53	12,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,20	0,23	0,34	4,25
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	3	0,37	0,33	0,02	4,51
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,3	0,07	0,01	0,42	2,07
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,17	1,01	6,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,44	0,00	12,89
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,04	0,00	0,13	0,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,3	20,3	0,00	0,00	0,00	0,00

РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ и кукурузой (Р)		110	2,87	3,91	26,64	152,95
КРУПА РИСОВАЯ	35,6	35,3	2,40	0,35	25,12	113,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,1	68,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,1	0,08	0,01	0,49	2,38
МОРКОВЬ	8,13	6,1	0,08	0,01	0,41	1,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,44	0,00	12,89
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,08	0,04	18,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	13,1	9,2	0,28	0,02	0,58	3,57
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>180</b>	<b>1,26</b>	<b>0,18</b>	<b>23,76</b>	<b>108,00</b>
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	180	1,26	0,18	23,76	108,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>20</b>	<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		<b>400</b>	<b>10,92</b>	<b>6,71</b>	<b>65,44</b>	<b>372,03</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,92</b>	<b>47,86</b>	<b>190,99</b>	<b>1 388,50</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 12**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ жидкая (Р)	150/4		4,47	6,38	18,39	148,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18	18	2,14	1,08	10,70	61,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	83	83	2,30	2,53	3,77	47,04
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ЧАЙ с молоком (И)	180		1,49	1,55	11,02	63,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,39	1,52	2,28	28,33
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	25		1,93	0,75	12,53	64,75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
	<b>359</b>		<b>7,89</b>	<b>8,68</b>	<b>41,94</b>	<b>277,51</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,80	2,50	4,51	56,51
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (С)	30		0,22	2,98	0,68	30,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	34,2	27,3	0,22	0,03	0,68	3,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,88	5,36	6,34	89,20
ГОВЯДИНА Б/К	17,6	14,85	2,67	2,27	0,35	32,54
СВЕКЛА	32,67	24,5	0,35	0,03	2,08	9,94
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,1	12,1	0,21	0,01	0,55	3,16
КАРТОФЕЛЬ	21,17	12,7	0,25	0,06	1,99	9,44
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,05	0,00	0,16	0,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,7	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ (С)		130	11,98	15,03	18,83	258,45
РЫБА МИНТАЙ РАЗДЕЛАННЫЙ Б/Г	86,7	52	7,96	0,46	0,00	35,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	12	12	0,10	8,32	0,16	75,86
КАРТОФЕЛЬ	72,17	43,3	0,84	0,18	6,77	32,18
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	54,2	54,2	1,50	1,65	2,46	30,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,26	1,44	8,07	50,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,2	54,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,3	4,3	0,04	2,98	0,06	27,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,2	2,2	0,28	0,00	1,31	6,37
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,45</b>	<b>0,30</b>	<b>24,45</b>	<b>105,00</b>
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	150	150	0,45	0,30	24,45	105,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,18</b>	<b>5,94</b>	<b>29,70</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>506</b>	<b>18,66</b>	<b>23,97</b>	<b>63,62</b>	<b>548,00</b>
<b>Полдник</b>						
<b>НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,85</b>	<b>0,05</b>	<b>15,68</b>	<b>67,29</b>
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	17	17	0,85	0,05	8,41	38,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
<b>БУЛОЧКА ПЛЮШКА (н/в) (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,21</b>	<b>2,56</b>	<b>24,67</b>	<b>130,56</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,33	33,33	3,49	3,99	22,41	139,48
ДРОЖЖИ	0,42	0,42	0,05	0,01	0,01	0,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,83	15,83	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	42,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,33	0,41	0,37	0,02	5,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,83	0,83	0,00	0,80	0,00	7,13
		<b>200</b>	<b>3,06</b>	<b>2,61</b>	<b>40,35</b>	<b>197,85</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (И)</b>		<b>130</b>	<b>13,97</b>	<b>14,13</b>	<b>2,51</b>	<b>193,05</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,61 шт.	105	12,84	11,52	0,66	157,74
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,11	1,22	1,82	22,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>17,39</b>	<b>70,89</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17	17	0,33	0,00	9,65	39,93
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25

ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		105	0,89	0,23	7,78	36,81
МАНДАРИН порционно	107,1	105	0,89	0,23	7,78	36,81
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>16,33</b>	<b>14,48</b>	<b>35,06</b>	<b>336,00</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,74</b>	<b>52,24</b>	<b>185,48</b>	<b>1 415,87</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 13**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (И)	140/5		4,65	6,09	21,68	160,18
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	22,4	22,2	2,46	0,26	14,50	70,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,8	46,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	77,6	77,6	2,15	2,37	3,53	43,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (И)	180		1,81	1,71	13,61	77,08
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,56	0,34	0,23	6,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0,00	0,00	11,33	45,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,25	1,37	2,05	25,50
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	25		1,93	0,75	12,53	64,75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
<b>350</b>			<b>8,39</b>	<b>8,55</b>	<b>47,82</b>	<b>302,01</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,00	53,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>100</b>			<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ порциями	30		0,26	0,03	0,49	3,28
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	31,91	30	0,26	0,03	0,49	3,28
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ рыбными фрикадельками (С)	150/15		3,60	1,90	10,97	75,24
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	17,3	13,2	2,04	0,07	0,00	8,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,10	0,09	0,01	1,20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,4	2,8	0,04	0,01	0,22	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	103	61,8	1,20	0,27	9,67	45,93
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,05	0,00	0,16	0,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,44	0,00	12,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,3	111,3	0,00	0,00	0,00	0,00

ПЛОВ из птицы (И)		130	10,34	11,76	22,43	236,73
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	63,5	45,7	8,04	8,04	0,19	105,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,9	4,9	0,04	3,40	0,06	30,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	8,5	0,12	0,02	0,68	3,32
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,44
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
КРУПА РИСОВАЯ	29,6	29,3	1,99	0,29	20,85	93,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК яблочный (Р)		150	0,08	0,08	12,71	51,86
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,08	0,08	1,77	8,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,3	11,3	0,00	0,00	10,94	43,74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		15	0,99	0,18	5,94	29,70
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>505</b>	<b>16,41</b>	<b>14,07</b>	<b>59,92</b>	<b>432,06</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)		180	5,25	5,75	8,59	107,10
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ, вафли, зефир, конфеты, шоколад, печенье)		20	1,18	0,94	15,00	73,20
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
		<b>200</b>	<b>6,43</b>	<b>6,69</b>	<b>23,59</b>	<b>180,30</b>
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (С)		130	10,04	13,99	20,69	248,66
ГОВЯДИНА Б/К	49,3	41,6	7,49	6,37	0,97	91,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,1	2,1	0,02	1,46	0,03	13,28
КАРТОФЕЛЬ	201	120,6	2,35	0,52	18,87	89,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,4	9,4	0,13	0,02	0,75	3,67
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,1	2,1	0,02	1,46	0,03	13,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	2,1	2,1	0,00	2,01	0,00	18,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,1	3,1	0,03	2,15	0,04	19,59
СОКИ в ассортименте		150	0,75	0,00	19,05	82,50
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,75	0,00	19,05	82,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		20	1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		100	0,42	0,34	10,25	45,70
ГРУША порционно	102	100	0,42	0,34	10,25	45,70
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>12,73</b>	<b>14,49</b>	<b>59,83</b>	<b>423,86</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,86</b>	<b>46,30</b>	<b>195,16</b>	<b>1 391,23</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ (С)	150		3,55	3,50	11,72	92,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,09	2,29	3,41	42,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,8	82,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	12	11,9	1,45	0,38	6,54	35,32
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,2	1,2	0,01	0,83	0,02	7,59
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Р)	180		0,15	0,04	13,28	53,98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0,00	0,00	13,07	52,25
ЛИМОН	10,5	6,3	0,05	0,01	0,18	0,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	25		1,93	0,75	12,53	64,75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,5	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>364</b>		<b>7,05</b>	<b>8,18</b>	<b>37,57</b>	<b>251,93</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,70	2,50	10,80	79,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,70	2,50	10,80	79,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,70</b>	<b>2,50</b>	<b>10,80</b>	<b>79,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (С)	30		0,31	2,99	1,10	32,66
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	21,6	18,3	0,19	0,04	0,70	3,94
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	3,9	3	0,04	0,00	0,10	0,60
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	4	3	0,04	0,00	0,15	0,77
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	4	3	0,04	0,00	0,15	0,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ и курицей (И)	150/15		5,20	5,85	11,79	120,63
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	26,25	18,9	3,33	3,33	0,08	43,55
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,2	6,2	0,65	0,74	4,17	25,95

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,8	0,22	0,19	0,01	2,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,81	0,18	6,57	31,21
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,98	6,7	0,09	0,01	0,53	2,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112	112	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (С)</b>		<b>50</b>	<b>9,25</b>	<b>8,97</b>	<b>6,39</b>	<b>143,28</b>
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	53,76	50	8,64	1,79	2,54	60,83
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,59	0,06	3,82	18,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ для жарки	6	6	0,00	5,73	0,00	51,57
<b>КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (С)</b>		<b>110</b>	<b>2,17</b>	<b>3,03</b>	<b>17,26</b>	<b>104,95</b>
КАРТОФЕЛЬ	183,33	110	2,14	0,49	17,21	81,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,67	3,67	0,03	2,54	0,05	23,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,73	0,73	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77	77	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,18</b>	<b>5,94</b>	<b>29,70</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>535</b>	<b>19,81</b>	<b>21,29</b>	<b>65,01</b>	<b>530,97</b>
<b>Полдник</b>						
<b>НАПИТОК из плодов шиповника (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,49</b>	<b>0,20</b>	<b>19,32</b>	<b>90,47</b>
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	12,7	12,7	0,00	0,00	12,29	49,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ с картофелем (С)</b>		<b>50</b>	<b>2,90</b>	<b>2,04</b>	<b>20,52</b>	<b>111,91</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	2,12	2,43	13,65	84,95
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0,00	0,00	1,36	5,42
ДРОЖЖИ	0,4	0,4	0,05	0,01	0,01	0,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,6	9,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	0,6	0,6	0,01	0,42	0,01	3,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ на подпыл	1	1	0,11	0,12	0,67	4,18
КАРТОФЕЛЬ	38	22,8	0,45	0,10	3,57	16,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,4	0,09	0,01	0,50	2,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,1	1,1	0,01	0,77	0,01	6,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1	0,13	0,11	0,01	1,50
		<b>200</b>	<b>3,39</b>	<b>2,24</b>	<b>39,84</b>	<b>202,38</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ нарезка</b>		<b>40</b>	<b>0,32</b>	<b>0,04</b>	<b>1,00</b>	<b>5,60</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,4	40	0,32	0,04	1,00	5,60

БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (С)		50	9,89	8,70	1,76	124,98
ГОВЯДИНА Б/К	60,43	51	9,18	7,81	1,18	111,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,10	0,02	0,55	2,74
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,03	0,61	0,55	0,03	7,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ для жарки	0,34	0,34	0,00	0,32	0,00	2,92
АССОРТИ ОВОЩНОЕ (С)		110	1,66	4,55	8,85	82,94
КАРТОФЕЛЬ	36,67	22	0,43	0,10	3,44	16,35
МОРКОВЬ	26,4	19,8	0,24	0,02	1,32	6,44
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	13,8	11	0,19	0,01	0,50	2,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,2	22	0,29	0,05	1,75	8,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	13,6	8,8	0,26	0,02	0,55	3,41
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,6	1,6	0,01	1,11	0,02	10,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,19	1,08	6,69
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,04	0,00	0,13	0,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВ/М (И)		180	0,11	0,04	22,52	92,70
ЯГОДЫ СВ/М	20,4	20	0,10	0,04	0,72	5,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	13,2	13,2	0,00	0,00	12,77	51,09
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	12	12	0,01	0,00	9,03	36,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		20	1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		<b>400</b>	<b>13,50</b>	<b>13,49</b>	<b>43,97</b>	<b>353,22</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,45</b>	<b>47,70</b>	<b>197,19</b>	<b>1 417,50</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПОЛЕЗНАЯ (пшенно-кукурузная) МОЛОЧНАЯ жидкая (Р)	140/4		4,51	5,44	23,74	161,96
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	13,7	13,6	1,09	0,16	9,29	42,98
ПШЕНО	13,7	13,6	1,51	0,43	8,70	44,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	68	68	1,88	2,08	3,09	38,54
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0,00	0,00	2,61	10,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ЧАЙ с сахаром (И)	180		0,12	0,03	11,66	47,33
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,03	0,04	0,89
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,3	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>350</b>		<b>7,56</b>	<b>7,82</b>	<b>45,42</b>	<b>282,36</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,80	2,50	4,51	56,51
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (Ог/Гр)	30		0,54	1,56	2,82	27,42
КАРТОФЕЛЬ	20	12	0,23	0,05	1,88	8,91
МОРКОВЬ	7,2	5,4	0,07	0,01	0,36	1,76
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	8,3	5,4	0,16	0,01	0,34	2,10
ЛУК ЗЕЛЕНый	3,8	3	0,04	0,00	0,10	0,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	5,5	5,4	0,04	0,01	0,14	0,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,48	0,00	13,29
СВЕКОЛЬНИК со сметаной (б/м) (И)	150/6		1,35	3,13	7,89	65,21
СВЕКЛА	48,4	36,3	0,52	0,04	3,07	14,72
КАРТОФЕЛЬ	37,83	22,7	0,45	0,10	3,55	16,87
МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,07	0,01	0,37	1,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45

ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,06	0,00	0,19	1,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	91,8	91,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>СУФЛЕ КУРИНОЕ (с/р) (И)</b>		<b>50</b>	<b>6,18</b>	<b>5,46</b>	<b>4,58</b>	<b>92,14</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ на филе	32,9	19,7	3,57	3,07	0,00	42,04
КРУПА РИСОВАЯ	5,7	5,6	0,38	0,06	3,99	17,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,42 шт.	16,8	2,06	1,84	0,11	25,24
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	4,2	4,2	0,12	0,13	0,19	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	3,5	0,05	0,01	0,28	1,37
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	0,5	0,5	0,00	0,35	0,01	3,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом (И)</b>		<b>110</b>	<b>4,97</b>	<b>3,77</b>	<b>31,65</b>	<b>180,56</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	46,2	46,2	4,93	0,58	31,59	151,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66	66	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,6	4,6	0,04	3,19	0,06	29,08
<b>КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВ/М (Л)</b>		<b>150</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>12,05</b>	<b>49,70</b>
ЯГОДЫ СВ/М	12,2	12	0,06	0,02	0,43	3,26
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145	145	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>511</b>	<b>14,24</b>	<b>14,06</b>	<b>66,37</b>	<b>450,28</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>150</b>	<b>4,37</b>	<b>4,80</b>	<b>7,17</b>	<b>89,25</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,37	4,80	7,17	89,25
<b>БАНИКИ С БРУСНИКОЙ (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,22</b>	<b>1,88</b>	<b>25,12</b>	<b>126,16</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,8	24,8	2,60	2,97	16,67	103,78
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,16	0,15	0,01	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,86	0,00	7,73
БРУСНИКА	27,8	27,3	0,19	0,12	2,16	10,51
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ на подпыл	1,2	1,2	0,13	0,15	0,81	5,02
		<b>200</b>	<b>6,59</b>	<b>6,68</b>	<b>32,29</b>	<b>215,41</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ИЗЮМОМ и джемом (Л)</b>		<b>130/10</b>	<b>17,00</b>	<b>10,95</b>	<b>32,14</b>	<b>294,02</b>
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	85,28	83,58	14,52	7,18	4,15	139,26
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,78	2,78	0,02	1,93	0,04	17,58
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	37,14	37,14	1,03	1,13	1,69	21,05
КРУПА МАННАЯ	5,58	5,58	0,55	0,06	3,78	18,02
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5,58	5,58	0,13	0,03	3,53	14,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,69	0,61	0,04	8,41
ДЖЕМ	10	10	0,06	0,01	7,29	28,40
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>76,50</b>
СОК ВИШНЕВЫЙ	150	150	1,05	0,30	17,10	76,50
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00

СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>95</b>	<b>0,40</b>	<b>0,43</b>	<b>9,22</b>	<b>38,29</b>
ЯБЛОКИ порционно	96,9	95	0,40	0,43	9,22	38,29
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>19,59</b>	<b>11,80</b>	<b>65,84</b>	<b>444,06</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,78</b>	<b>42,86</b>	<b>214,43</b>	<b>1 448,62</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 16**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (И)	150/4		5,13	6,72	20,33	162,38
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	23,2	22,9	2,77	0,72	12,59	67,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	83,5	83,5	2,32	2,54	3,80	47,32
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,1	18,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (И)	180		1,81	1,71	13,61	77,08
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,56	0,34	0,23	6,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0,00	0,00	11,33	45,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,25	1,37	2,05	25,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	<b>354</b>		<b>8,46</b>	<b>8,59</b>	<b>43,78</b>	<b>286,46</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,00	53,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (С)	30		0,31	3,01	1,31	33,61
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	25,2	21,3	0,23	0,05	0,81	4,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,1	0,08	0,01	0,50	2,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ со сметаной (б/м) (И)	150/6		1,51	2,93	9,98	72,52
КАРТОФЕЛЬ	75,17	45,1	0,88	0,19	7,05	33,52
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,93	9,17
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,17
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,6	9	0,08	0,01	0,15	0,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0,00	1,81	0,00	16,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,7	112,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

МЯСО ЗАПЕЧЕННОЕ под белым соусом (И)		130	13,38	13,15	16,29	236,90
ГОВЯДИНА Б/К	58,2	49,1	8,84	7,52	1,14	107,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	8,5	0,12	0,02	0,68	3,32
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,18	0,19	0,29	3,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9	0,36	0,32	0,02	4,36
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,10	0,11	0,60	3,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	144	86,4	1,69	0,38	13,52	64,21
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,1	9,2	2,07	2,60	0,00	31,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,9	2,9	0,02	2,01	0,04	18,33
<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С)</b>		<b>150</b>	<b>0,76</b>	<b>0,05</b>	<b>24,78</b>	<b>102,57</b>
КУРАГА	15	15	0,76	0,05	7,36	32,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>481</b>	<b>17,10</b>	<b>19,26</b>	<b>59,74</b>	<b>480,85</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)		180	5,25	5,75	8,59	107,10
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ, пряники, конфеты, шоколад, зефир, вафли)		20	1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
		<b>200</b>	<b>6,75</b>	<b>7,71</b>	<b>23,47</b>	<b>190,50</b>
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ из птицы (С)		50	8,20	8,56	8,14	142,35
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	51,4	37	6,51	6,51	0,16	85,25
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	9	9	0,67	0,26	4,37	22,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,36	0,40	0,59	7,36
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ (И)</b>		<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>3,20</b>	<b>6,84</b>	<b>66,12</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	161,3	129,1	2,25	0,14	5,87	33,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
МОРКОВЬ	5,47	4,1	0,05	0,00	0,27	1,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>17,70</b>	<b>78,00</b>
СОК АНАНАСОВЫЙ	150	150	0,45	0,15	17,70	78,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25

ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		95	0,40	0,32	9,74	43,42
ГРУША порционно	96,9	95	0,40	0,32	9,74	43,42
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>420</b>	<b>12,67</b>	<b>12,35</b>	<b>49,80</b>	<b>365,14</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,88</b>	<b>50,41</b>	<b>180,79</b>	<b>1 375,95</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ (И)	150		5,13	5,59	15,30	131,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,33	3,66	5,46	68,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ОВСЯНАЯ	15,23	15	1,79	0,89	8,66	49,76
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,5	1,5	0,01	1,04	0,02	9,49
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Р)	180		0,15	0,04	13,28	53,98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0,00	0,00	13,07	52,25
ЛИМОН	10,5	6,3	0,05	0,01	0,18	0,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,3	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>356</b>		<b>8,21</b>	<b>7,98</b>	<b>38,60</b>	<b>258,95</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,3	100	2,90	2,50	4,00	53,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (С)	30		0,22	2,98	0,68	30,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	34,2	27,3	0,22	0,03	0,68	3,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (И)	150/10/6		3,88	5,36	6,34	89,20
ГОВЯДИНА Б/К	17,6	14,85	2,67	2,27	0,35	32,54
СВЕКЛА	32,67	24,5	0,35	0,03	2,08	9,94
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,1	12,1	0,21	0,01	0,55	3,16
КАРТОФЕЛЬ	21,17	12,7	0,25	0,06	1,99	9,44
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,05	0,00	0,16	0,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,7	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ со сметанным соусом (С)		50/15	9,54	11,19	6,85	166,31
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	64,2	46,22	8,13	8,13	0,19	106,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,7	10,7	0,79	0,09	5,10	24,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13,6	13,6	0,38	0,42	0,62	7,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,7	2,7	0,02	1,87	0,04	17,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,75	3,75	0,10	0,54	0,14	5,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,13	1,13	0,12	0,14	0,76	4,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,25	11,25	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,12	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ и кукурузой (Р)		110	2,88	3,51	26,66	149,55
КРУПА РИСОВАЯ	35,6	35,3	2,40	0,35	25,12	113,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,1	68,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,1	0,08	0,01	0,49	2,38
МОРКОВЬ	8,13	6,1	0,08	0,01	0,41	1,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,5	1,5	0,01	1,04	0,02	9,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,08	0,04	18,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	13,1	9,2	0,28	0,02	0,58	3,57
СОКИ в ассортименте		150	0,45	0,30	24,45	105,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	150	150	0,45	0,30	24,45	105,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>536</b>	<b>18,11</b>	<b>23,46</b>	<b>72,36</b>	<b>575,71</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВ/М (И)		150	0,09	0,03	18,78	77,27
ЯГОДЫ СВ/М	17	16,7	0,08	0,03	0,60	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0,01	0,00	7,53	30,16
БАНТИКИ С ТВОРОГОМ (Р)		50	6,66	5,08	19,97	152,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,79	24,79	2,60	2,96	16,66	103,74
САХАР ПЕСОК	1,31	1,31	0,00	0,00	1,27	5,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,31	0,16	0,15	0,01	1,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,97	9,97	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,19	0,19	0,02	0,00	0,00	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,39	0,39	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,94	0,94	0,00	0,90	0,00	8,08
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	18,1	18,1	3,69	0,88	0,52	25,46
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,10	0,09	0,01	1,20
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,10	0,53	3,35
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>200</b>	<b>6,75</b>	<b>5,11</b>	<b>38,75</b>	<b>230,16</b>

## Ужин

<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ (минтай) (С)</b>		<b>130</b>	<b>8,25</b>	<b>7,64</b>	<b>10,67</b>	<b>144,52</b>
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	81,9	40,95	6,28	0,36	0,00	28,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,6	2,6	0,02	1,80	0,03	16,43
КАРТОФЕЛЬ	83,42	50,05	0,98	0,22	7,83	37,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,9	42,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,19	0,00	19,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,27	1,54	9,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,9	0,8	0,01	0,00	0,07	0,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,95	1,95	0,25	0,00	1,16	5,66
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,15	1,95	0,44	0,55	0,00	6,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3,25	3,25	0,03	2,25	0,04	20,54
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (И)</b>		<b>150</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>17,39</b>	<b>70,89</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17	17	0,33	0,00	9,65	39,93
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>105</b>	<b>0,44</b>	<b>0,47</b>	<b>10,19</b>	<b>42,32</b>
ЯБЛОКИ порционно	107,1	105	0,44	0,47	10,19	42,32
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>10,16</b>	<b>8,23</b>	<b>45,63</b>	<b>292,98</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,13</b>	<b>47,28</b>	<b>199,34</b>	<b>1 410,80</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 18**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (Л)	150/4		4,35	6,27	18,39	147,32
ПШЕНО	14,1	14	1,55	0,45	8,95	46,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,77	3,05	4,55	56,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
КАКАО с молоком (И)	180		2,96	3,04	12,99	91,08
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,25
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,49	2,75	4,09	51,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,54	0,60	10,02	51,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,54	0,60	10,02	51,80
	<b>354</b>		<b>8,85</b>	<b>9,91</b>	<b>41,40</b>	<b>290,20</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,70	2,50	10,80	79,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,70	2,50	10,80	79,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,70</b>	<b>2,50</b>	<b>10,80</b>	<b>79,00</b>
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с зеленым горошком (И)	30		0,57	2,34	2,98	35,11
КАРТОФЕЛЬ	17,33	10,4	0,20	0,05	1,63	7,73
СВЕКЛА	7,47	5,6	0,08	0,01	0,48	2,27
МОРКОВЬ	6	4,5	0,06	0,00	0,30	1,46
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6,1	5,8	0,05	0,01	0,10	0,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,3	1,9	0,03	0,00	0,16	0,74
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	7,5	4,9	0,15	0,01	0,31	1,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,26	0,00	20,38
УХА С ГОРБУШЕЙ, КАРТОФЕЛЕМ и пшеном (Р)	150/15		6,85	3,12	11,37	100,87
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	39,25	26,3	5,22	1,63	0,00	35,53
КАРТОФЕЛЬ	77,83	46,7	0,91	0,20	7,30	34,71
МОРКОВЬ	8,27	6,2	0,08	0,01	0,42	2,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,11	0,02	0,62	3,05

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,6	1,6	0,01	1,11	0,02	10,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,1	112,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	4,7	4,7	0,52	0,15	3,01	15,44
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (б/р) (С)</b>		<b>50</b>	<b>6,70</b>	<b>7,67</b>	<b>7,00</b>	<b>123,96</b>
ГОВЯДИНА Б/К	35,2	31,7	5,70	4,86	0,74	69,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	6,7	6,7	0,49	0,05	3,20	15,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,7	1,7	0,01	1,17	0,02	10,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,35	0,40	2,22	13,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,7	1,7	0,01	1,17	0,02	10,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (И)</b>		<b>110</b>	<b>1,95</b>	<b>3,93</b>	<b>10,40</b>	<b>84,83</b>
КАРТОФЕЛЬ	73,33	44	0,85	0,19	6,89	32,70
МОРКОВЬ	11,07	8,3	0,11	0,01	0,55	2,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,3	6,2	0,09	0,01	0,49	2,42
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	51,3	41,1	0,72	0,05	1,87	10,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,2	2,2	0,02	1,52	0,03	13,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,7	29,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2,2	2,2	0,02	1,52	0,03	13,91
ЛЕЧО ОВОЩНОЕ	7,7	7,3	0,14	0,63	0,54	8,43
<b>НАПИТОК брусничный (С)</b>		<b>150</b>	<b>0,14</b>	<b>0,08</b>	<b>18,88</b>	<b>76,75</b>
БРУСНИКА	18,8	18,4	0,14	0,08	1,46	7,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>520</b>	<b>17,35</b>	<b>17,26</b>	<b>58,01</b>	<b>456,77</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (С)</b>		<b>180</b>	<b>5,25</b>	<b>5,75</b>	<b>8,59</b>	<b>107,10</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	189	189	5,25	5,75	8,59	107,10
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР,печенье, вафли, пряники, конфеты, шоколад)</b>		<b>20</b>	<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>15,96</b>	<b>65,20</b>
ЗЕФИР	20	20	0,16	0,02	15,96	65,20
		<b>200</b>	<b>5,41</b>	<b>5,77</b>	<b>24,55</b>	<b>172,30</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ порциями</b>		<b>30</b>	<b>0,26</b>	<b>0,03</b>	<b>0,49</b>	<b>3,28</b>
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	31,91	30	0,26	0,03	0,49	3,28
<b>ПЛОВ из птицы (И)</b>		<b>130</b>	<b>10,34</b>	<b>11,76</b>	<b>22,43</b>	<b>236,73</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	63,5	45,7	8,04	8,04	0,19	105,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,9	4,9	0,04	3,40	0,06	30,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	8,5	0,12	0,02	0,68	3,32
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,44
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,05	0,00	0,15	0,77
КРУПА РИСОВАЯ	29,6	29,3	1,99	0,29	20,85	93,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00

СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)</b>		<b>95</b>	<b>0,81</b>	<b>0,21</b>	<b>7,04</b>	<b>33,31</b>
МАНДАРИН порционно	96,9	95	0,81	0,21	7,04	33,31
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>420</b>	<b>13,30</b>	<b>12,27</b>	<b>52,49</b>	<b>373,07</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,61</b>	<b>47,71</b>	<b>187,25</b>	<b>1 371,34</b>

## МЕНЮ

Ясли 12 часов 100%

## ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая (И)	140/4		3,63	5,35	22,32	151,86
КРУПА РИСОВАЯ	21,5	21,3	1,45	0,21	15,16	68,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	77,6	77,6	2,15	2,37	3,53	43,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ЧАЙ с сахаром (И)	180		0,12	0,03	11,66	47,33
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,03	0,04	0,89
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
СЫР (порциями)	5		1,16	1,46	0,00	17,73
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,3	5	1,16	1,46	0,00	17,73
	<b>352</b>		<b>6,46</b>	<b>9,14</b>	<b>43,86</b>	<b>283,47</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,80	2,50	4,51	56,51
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИНКА (И)	30		0,89	2,05	2,31	31,03
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	33	23,1	0,70	0,05	1,46	8,96
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6,1	5,8	0,05	0,01	0,10	0,63
МОРКОВЬ	11,2	8,4	0,11	0,01	0,56	2,74
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,03	0,01	0,19	0,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,97	0,00	17,72
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ и курицей (И)	150/15		5,20	5,85	11,79	120,63
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	26,25	18,9	3,33	3,33	0,08	43,55
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,2	6,2	0,65	0,74	4,17	25,95

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,8	0,22	0,19	0,01	2,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,81	0,18	6,57	31,21
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	1,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,98	6,7	0,09	0,01	0,53	2,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112	112	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ (И)</b>		<b>50</b>	<b>7,32</b>	<b>3,21</b>	<b>5,41</b>	<b>79,78</b>
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	37,64	35	6,04	1,26	1,78	42,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,95
МОРКОВЬ	6,67	5	0,06	0,01	0,33	1,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,67	1,67	0,01	1,15	0,02	10,55
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,37	0,04	2,39	11,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,30	0,46	5,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,44	0,03	6,01
<b>КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, тушеные в сметанном соусе (С)</b>		<b>110</b>	<b>2,44</b>	<b>8,04</b>	<b>17,86</b>	<b>153,72</b>
КАРТОФЕЛЬ	167,5	100,5	1,96	0,44	15,72	74,69
МОРКОВЬ	6,27	4,7	0,06	0,01	0,31	1,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,1	4,3	0,06	0,01	0,34	1,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,8	6,8	0,00	6,49	0,00	58,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,20	0,22	1,28	7,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,3	18,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>76,50</b>
СОК ВИШНЕВЫЙ	150	150	1,05	0,30	17,10	76,50
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		<b>520</b>	<b>18,04</b>	<b>19,57</b>	<b>61,85</b>	<b>496,91</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,19</b>	<b>0,05</b>	<b>12,82</b>	<b>52,55</b>
АПЕЛЬСИН	36	24,1	0,19	0,05	1,88	8,81
САХАР ПЕСОК	11,3	11,3	0,00	0,00	10,94	43,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>БУЛОЧКА ПЛЮШКА (н/в) (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,21</b>	<b>2,56</b>	<b>24,67</b>	<b>130,56</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,33	33,33	3,49	3,99	22,41	139,48
ДРОЖЖИ	0,42	0,42	0,05	0,01	0,01	0,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,83	15,83	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	42,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,33	0,41	0,37	0,02	5,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,83	0,83	0,00	0,80	0,00	7,13
		<b>200</b>	<b>2,40</b>	<b>2,61</b>	<b>37,49</b>	<b>183,11</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ с маслом сливочным (С)</b>		<b>130/5</b>	<b>20,51</b>	<b>14,94</b>	<b>22,44</b>	<b>306,41</b>
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	105,83	103,71	18,01	8,90	5,15	172,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,61	14,61	1,53	1,75	9,83	61,14

САХАР ПЕСОК	7,59	7,59	0,00	0,00	7,34	29,37
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,64	0,93	0,83	0,05	11,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,99	0,99	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВ/М (Л)		150	0,06	0,02	12,05	49,70
ЯГОДЫ СВ/М	12,2	12	0,06	0,02	0,43	3,26
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145	145	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		100	0,85	0,22	8,07	37,67
АПЕЛЬСИН порционно	102	100	0,85	0,22	8,07	37,67
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>400</b>	<b>22,56</b>	<b>15,30</b>	<b>49,94</b>	<b>429,03</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,26</b>	<b>49,12</b>	<b>197,65</b>	<b>1 449,03</b>

**МЕНЮ****Ясли 12 часов 100%****ДЕНЬ 20**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ (С)	150		3,55	3,50	11,72	92,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,09	2,29	3,41	42,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,8	82,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	12	11,9	1,45	0,38	6,54	35,32
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	1,2	1,2	0,01	0,83	0,02	7,59
ЧАЙ с молоком (И)	180		1,49	1,55	11,02	63,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,03	0,03	0,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,39	1,52	2,28	28,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	20		1,52	0,16	9,84	47,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	3		0,03	2,14	0,04	19,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,14	0,04	19,55
СЫР (порциями)	6		1,39	1,75	0,00	21,27
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,3	6	1,39	1,75	0,00	21,27
	<b>359</b>		<b>7,98</b>	<b>9,10</b>	<b>32,62</b>	<b>244,10</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 2,5% жирности	100		2,90	2,50	4,00	53,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	103,31	100	2,90	2,50	4,00	53,00
СНЕЖОК НАПИТОК 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>100</b>		<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,00</b>	<b>53,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (С)	30		0,31	2,99	1,10	32,66
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	21,6	18,3	0,19	0,04	0,70	3,94
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	3,9	3	0,04	0,00	0,10	0,60
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	4	3	0,04	0,00	0,15	0,77
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	4	3	0,04	0,00	0,15	0,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,58
СВЕКОЛЬНИК со сметаной (б/м) (И)	150/6		1,35	3,13	7,89	65,21
СВЕКЛА	48,4	36,3	0,52	0,04	3,07	14,72
КАРТОФЕЛЬ	37,83	22,7	0,45	0,10	3,55	16,87

МОРКОВЬ	7,47	5,6	0,07	0,01	0,37	1,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,06	0,00	0,19	1,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,10	0,00	18,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	91,8	91,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
<b>ПЛОВ с говядиной (без т/п) (С)</b>		<b>130</b>	<b>14,53</b>	<b>14,91</b>	<b>23,65</b>	<b>286,84</b>
ГОВЯДИНА Б/К	81,1	68,5	12,33	10,50	1,59	150,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0,00	4,10	0,00	36,96
КРУПА РИСОВАЯ	29,5	29,5	2,01	0,29	20,99	94,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,1	5,2	0,07	0,01	0,42	2,03
МОРКОВЬ	12,93	9,7	0,12	0,01	0,65	3,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОКИ в ассортименте</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,15</b>	<b>19,80</b>	<b>90,00</b>
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	150	1,05	0,15	19,80	90,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК СЛИВОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АНАНАСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С</b>		<b>15</b>	<b>1,14</b>	<b>0,12</b>	<b>7,38</b>	<b>35,25</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,99</b>	<b>0,18</b>	<b>5,94</b>	<b>29,70</b>
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	15	15	0,99	0,18	5,94	29,70
		<b>496</b>	<b>19,37</b>	<b>21,48</b>	<b>65,76</b>	<b>539,66</b>
<b>Полдник</b>						
<b>НАПИТОК из плодов шиповника (Р)</b>		<b>150</b>	<b>0,49</b>	<b>0,20</b>	<b>19,32</b>	<b>90,47</b>
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	12,7	12,7	0,00	0,00	12,29	49,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>БАНИКИ С КУРАГОЙ (Р)</b>		<b>50</b>	<b>2,21</b>	<b>1,87</b>	<b>25,08</b>	<b>125,99</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,8	24,8	2,60	2,97	16,67	103,78
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,16	0,15	0,01	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,86	0,00	7,73
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	9	9	0,46	0,03	4,45	20,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
		<b>200</b>	<b>2,70</b>	<b>2,07</b>	<b>44,40</b>	<b>216,46</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ нарезка</b>		<b>30</b>	<b>0,24</b>	<b>0,03</b>	<b>0,75</b>	<b>4,20</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,24	0,03	0,75	4,20
<b>КОТЛЕТА РЫБНАЯ по-волжски (б/м) (И)</b>		<b>50</b>	<b>6,07</b>	<b>3,00</b>	<b>3,38</b>	<b>64,72</b>
РЫБА МИНТАЙ РАЗДЕЛАННЫЙ Б/Г	53,13	31,88	4,88	0,28	0,00	22,03
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,13	6,83	0,09	0,02	0,54	2,67
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,25	1,25	0,00	1,19	0,00	10,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,78	0,47	0,42	0,02	5,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,37	0,04	2,39	11,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	9,38	9,38	0,26	0,28	0,43	5,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,19	0,19	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	0,8	0,8	0,00	0,77	0,00	6,88

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (И)		110	2,35	4,05	14,97	105,72
КАРТОФЕЛЬ	149	89,4	1,75	0,39	13,99	66,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,2	20,2	0,56	0,61	0,92	11,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ (72,5%)	4,4	4,4	0,04	3,05	0,06	27,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВ/М (И)		150	0,09	0,03	18,78	77,27
ЯГОДЫ СВ/М	17	16,7	0,08	0,03	0,60	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0,01	0,00	7,53	30,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		15	1,14	0,12	7,38	35,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (яблоки, апельсины, мандарины, груша, бананы)		95	0,40	0,32	9,74	43,42
ГРУША порционно	96,9	95	0,40	0,32	9,74	43,42
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>450</b>	<b>10,29</b>	<b>7,55</b>	<b>55,00</b>	<b>330,58</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,24</b>	<b>42,70</b>	<b>201,78</b>	<b>1 383,80</b>