

МЕНЮ**Сад 12 часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,03	7,01	23,21	180,51
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
КРУПА МАННАЯ	18	18	1,79	0,17	12,33	57,44
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	50/8		3,79	7,85	15,06	179,84
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	50	50	3,75	1,25	15,00	120,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		4,34	3,64	15,34	112,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			14,16	18,50	53,61	472,86
II Завтрак						
СОК	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		7,20	7,18	16,30	158,54
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,51	3,88	0,00	52,87
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫС СОРТ (ВЕРМИШЕЛЬ)	23	23	2,50	0,36	15,26	74,29
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ.ЯЙЦОМ И ОВОЩНОЙ ПОДЛИВОЙ	220		18,43	17,99	35,98	379,90
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	80	60	10,83	9,31	0,00	126,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КАРТОФЕЛЬ	285,71	200	3,88	0,78	31,62	149,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	24,06	2,97	2,69	0,16	36,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00

САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			28,94	25,61	81,22	671,38
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		220	6,13	5,55	25,75	179,43
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	130	130	2,27	0,13	5,93	35,31
КАРТОФЕЛЬ	142,86	100	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	9,69	7,75	0,10	0,01	0,53	2,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ПИРОЖОК С ЯЙЦОМ		80	12,17	11,25	38,58	304,17
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,24	0,63	33,90	161,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	48,13	5,93	5,36	0,33	73,29
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,15	0,02	0,03	0,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЧАЙ СЛАДКИЙ		200	0,19	0,00	8,15	33,37
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
			18,49	16,80	72,48	516,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,59	61,11	227,51	1 747,21

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ " ДРУЖБА"	200		8,30	7,45	35,48	243,23
ПШЕНО	20	19,8	2,21	0,52	13,52	67,60
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1,01	0,15	10,66	47,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ,СЫРОМ	40/10		4,14	12,01	14,30	209,08
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
СЫР	12	12	1,09	2,76	2,22	38,28
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,01	4,27	14,80	118,94
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,23	0,15	0,10	2,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,78	4,12	7,92	89,05
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
			17,45	23,73	64,58	571,25
II Завтрак						
СОК	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
ЩИ НА К/ Б СО СМЕТАНОЙ	250		5,64	6,70	10,50	130,41
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,8	3,40	2,92	0,00	39,75
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	0,98	0,06	2,55	15,21
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МОРКОВЬ	4,85	3,88	0,05	0,00	0,26	1,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	77		12,58	12,68	6,33	192,63
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77	57,8	10,43	8,97	0,00	122,22
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	5	5	0,37	0,13	1,46	11,64
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	6	0,74	0,67	0,04	9,14
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,1	8,1	1,04	0,00	4,83	23,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ,РАССЫПЧАТАЯ	130		4,67	4,41	21,08	142,55
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38	38	4,65	1,21	21,05	113,53

КОМПОТ ИЗ СУХ/ФР		200	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			26,20	24,23	66,85	598,53
Уплотненный полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ		200/25	8,71	13,02	6,77	179,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	48,13	5,93	5,36	0,33	73,29
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	25	25	0,76	0,05	1,58	9,70
ЧАЙ СЛАДКИЙ		200	0,06	0,00	6,91	27,81
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
			11,77	14,02	25,68	303,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,42	62,18	177,31	1 558,91

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,84	7,09	27,61	206,65
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	25	24,75	2,76	0,31	16,31	78,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ, С СЫРОМ	40/10/14		4,32	12,47	14,67	215,46
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
СЫР	14	14	1,27	3,22	2,59	44,66
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,18	4,37	15,78	124,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
			17,34	23,93	58,06	546,46
II Завтрак						
СОК	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	20,20	86,00
Обед						
СУП НА К/ Б "ДОМАШНИ"	200		7,17	6,94	13,82	146,53
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	30	5,41	4,66	0,00	63,44
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КАРТОФЕЛЬ	114,29	80	1,55	0,31	12,65	59,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180		4,71	6,99	36,91	230,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КАРТОФЕЛЬ	314,29	220	4,27	0,85	34,78	164,32
МОРКОВЬ	11,25	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,05	12	0,16	0,02	0,95	4,77
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	4,84	19,35
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98

			15,19	14,37	76,77	498,16
Уплотненный полдник						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ		30	0,58	0,04	1,23	7,57
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	30	19,5	0,58	0,04	1,23	7,57
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		90	12,54	5,27	8,14	133,41
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	130	65	10,03	0,57	0,00	45,40
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	5	5	0,37	0,13	1,46	11,64
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1,28	0,00	5,97	28,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	3,58	4,47	23,57	149,30
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,72	0,54	22,14	104,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		200	1,71	1,46	8,64	54,89
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
ЧАЙ	0,1	0,1	0,02	0,00	0,04	0,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
ЯБЛОКО		100	0,90	0,00	12,40	55,00
ЯБЛОКИ МОЛДОВА	100	100	0,90	0,00	12,40	55,00
			22,31	12,24	65,98	496,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,84	50,74	221,01	1 626,79

МЕНЮ**Сад 12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		8,97	8,04	32,51	239,54
ПШЕНО	30	29,7	3,32	0,78	20,28	101,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,63	4,85	9,31	104,76
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,75	4,85	18,64	142,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,63	4,85	9,31	104,76
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	40/10/20		7,37	14,49	12,08	236,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,12	19,2	4,32	5,49	0,00	67,79
			22,09	27,38	63,23	618,46
II Завтрак						
СОК	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
			0,97	0,19	19,59	83,42
Обед						
РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	250		9,09	9,01	24,37	219,09
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,3	31,3	5,67	4,89	0,00	66,79
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
КАРТОФЕЛЬ	178,57	125	2,43	0,49	19,77	93,36
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,8	3,8	0,34	0,04	2,46	11,61
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ОГУРЦЫ консервированные	25	25	0,19	0,03	0,42	3,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	7,5	7,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,19	1,10	0,25	14,99
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80		12,95	15,03	15,76	250,18
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,1	20,1	1,46	0,56	10,02	51,08
мясо бескостное куриное	77,78	56	9,88	9,99	0,00	129,28
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,03	0,00	4,77	23,18
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	20,8	0,58	0,50	0,97	10,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0,00	3,98	0,00	35,75
РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130		3,97	3,67	25,34	150,33

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (РОЖКИ)	37	37	3,95	0,47	25,31	121,31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		250	5,39	5,62	16,77	139,67
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
КРУПА РИСОВАЯ	5,1	5	0,34	0,05	3,59	16,15
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
КАРТОФЕЛЬ	107,14	75	1,46	0,29	11,86	56,02
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,27	2,81	0,00	38,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ОГУРЦЫ консервированные	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
			34,71	33,77	109,25	884,47
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛО		160/35	19,64	17,59	36,89	388,06
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,46	8,73	2,91	163,93
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,57	0,19	10,18	48,60
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/12 шт.	3,99	0,49	0,45	0,03	6,07
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ПОВИДЛО	25	25	0,10	0,00	16,01	64,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКО	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			23,04	18,99	58,69	531,06
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,81	80,33	250,76	2 117,41

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ	200		7,87	8,25	26,95	214,82
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС ЭКСТРА"	20	20	2,39	1,20	11,99	68,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	5,34	4,61	8,85	99,52
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,12	0,03	3,19	13,63
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,46	4,61	18,18	137,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	5,34	4,61	8,85	99,52
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,05	9,00	12,08	168,56
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
			16,38	21,86	57,21	520,71
II Завтрак						
СОК	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
			0,97	0,19	19,59	83,42
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250		5,77	6,72	11,36	134,43
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	26,11	18,8	3,41	2,94	0,00	40,12
СВЕКЛА	33,91	27,13	0,40	0,03	2,32	11,05
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,83	0,05	2,19	13,04
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,68	0,14	5,54	26,14
МОРКОВЬ	4,85	3,88	0,05	0,00	0,26	1,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЕЖИКИ РИСОВЫЕ С МЯСОМ И ОВОЩНОЙ ПОДЛИВОЙ	190/20		14,82	15,45	34,06	334,42
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77	57,75	10,42	8,96	0,00	122,12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,69	0,39	28,42	127,91
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,17	0,03	1,00	5,01
МОРКОВЬ	14,54	11,63	0,15	0,01	0,78	3,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ		80	0,98	2,02	5,19	43,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОРКОВЬ	96,88	77,5	0,98	0,08	5,19	26,32
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			24,88	24,63	79,55	645,55
Уплотненный полдник						
КОТЛета РЫБНАЯ		90	12,28	5,15	7,17	124,22
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	130	65	10,03	0,57	0,00	45,40
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1,28	0,00	5,97	28,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
ЧЕСНОК	2	1,7	0,11	0,01	0,49	2,45
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		120	4,72	6,25	25,44	177,52
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,72	0,54	22,14	104,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,97	1,70	3,26	36,67
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/10	0,22	0,00	10,18	42,10
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	5,1	3	0,03	0,00	0,09	0,99
ВАФЛИ		30	0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
			18,06	12,39	65,98	450,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,29	59,07	222,33	1 699,72

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200		6,97	6,84	24,11	187,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫС СОРТ (ВЕРМИШЕЛЬ)	20	20	2,17	0,31	13,27	64,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,78	4,12	7,92	89,05
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		4,34	3,64	14,38	108,64
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,05	9,00	12,08	168,56
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
			14,36	19,48	50,57	464,23
II Завтрак						
СОК	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
			0,97	0,19	19,59	83,42
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250		6,16	6,70	11,24	135,45
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,8	3,40	2,92	0,00	39,75
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	0,98	0,06	2,55	15,21
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МОРКОВЬ	5	4	0,05	0,00	0,27	1,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Сухая зелень	3	3	0,52	0,00	0,73	5,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220		13,63	14,69	24,81	286,40
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77	57,75	10,42	8,96	0,00	122,12
КАРТОФЕЛЬ	204,29	143	2,77	0,55	22,61	106,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,7	0,17	0,03	1,01	5,05
МОРКОВЬ	14,63	11,7	0,15	0,01	0,79	3,98
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00

САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			23,10	21,83	66,93	562,53
Уплотненный полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		200	12,97	16,12	13,31	250,59
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	72,19	8,89	8,05	0,49	109,94
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,26	0,16	8,14	38,88
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
БУЛОЧКА "РОМАШКА"		70	6,98	6,56	40,23	247,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,24	0,63	33,90	161,99
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,15	0,02	0,03	0,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
САХАРНАЯ ПУДРА	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ СЛАДКИЙ		200	0,06	0,00	4,97	20,07
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЧАЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
БАНАН		100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,86	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			21,51	23,18	79,51	614,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,94	64,68	216,60	1 724,63

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200		9,64	7,80	32,77	240,74
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6	4,84	1,27	21,93	118,31
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,78	4,12	7,92	89,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,29	4,52	15,26	124,17
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,23	0,15	0,10	2,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,05	9,00	12,08	168,56
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
			17,98	21,32	60,11	533,47
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,66	0,27	16,15	82,19
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
			0,66	0,27	16,15	82,19
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	250		6,03	7,83	16,63	166,11
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КАРТОФЕЛЬ	128,57	90	1,75	0,35	14,23	67,22
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	20	13	0,39	0,03	0,82	5,04
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
БИФШТЕКС МЯСНОЙ	77		11,63	13,64	1,99	180,16
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77	57,7	10,41	8,95	0,00	122,02
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	5	5	0,37	0,13	1,46	11,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
ЧЕСНОК	2	1,7	0,11	0,01	0,49	2,45
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ	130		4,17	6,57	14,45	135,79
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	250	200	3,49	0,19	9,12	54,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77

МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,15	0,01	0,76	3,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,17	0,03	1,00	5,01
КРУПА РИСОВАЯ	5	4,95	0,34	0,05	3,55	15,99
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,14	0,14	10,13	43,13
ЯБЛОКО	40	35,2	0,14	0,14	3,35	16,04
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			25,28	28,62	64,40	627,17
Уплотненный полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		130/30	10,44	12,31	27,39	263,70
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (РОЖКИ)	40	40	4,27	0,50	27,35	131,14
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СЫР РОССИЙСКИЙ	30	27,27	6,14	7,80	0,00	96,28
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		200	3,00	2,43	10,88	78,01
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ		30	2,18	2,85	21,65	121,35
ПЕЧЕНЬЕ	30	30	2,18	2,85	21,65	121,35
			18,62	18,59	71,92	559,06
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,54	68,80	212,58	1 801,89

МЕНЮ**Сад 12 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,28	7,39	26,69	203,43
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	25	24,75	2,76	0,31	16,31	78,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,50	3,88	7,45	83,81
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		4,90	4,12	13,38	111,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,78	4,12	7,92	89,05
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,05	9,00	12,08	168,56
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
			15,23	20,51	52,15	483,37
II Завтрак						
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	200		0,18	0,03	33,64	132,35
ЯГОДА "ЗАВЕТНЫЙ ПОГРЕБОК"	30	30	0,17	0,03	21,21	82,64
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0,01	0,00	7,59	30,36
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			0,18	0,03	33,64	132,35
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,50	8,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60,62	60	0,48	0,06	1,50	8,40
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250		6,08	7,85	14,00	156,22
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25,07	18,8	3,40	2,92	0,00	39,75
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	38	30	0,52	0,03	1,37	8,15
КАРТОФЕЛЬ	35,71	25	0,49	0,10	3,96	18,67
ПШЕНО	10,1	10	1,12	0,26	6,83	34,14
МОРКОВЬ	11,75	9,4	0,12	0,01	0,63	3,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,15	0,02	0,83	4,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
РИСОВЫЙ РУЛЕТ С МЯСОМ.ЯЙЦОМ И ОВОЩНОЙ ПОДЛИВОЙ	220		17,43	18,50	38,12	388,45
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	77	57,75	10,42	8,96	0,00	122,12
КРУПА РИСОВАЯ	45	44,55	3,03	0,44	31,98	143,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	24,06	2,97	2,69	0,16	36,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20

ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,05	0,00	0,18	0,99
МОРКОВЬ	19,38	15,5	0,19	0,02	1,04	5,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,23	0,03	1,34	6,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,00	0,00	4,84	19,35
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			27,30	26,85	79,66	674,40
Уплотненный полдник						
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ		80	0,98	2,02	5,19	43,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОРКОВЬ	96,88	77,5	0,98	0,08	5,19	26,32
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		90	25,13	11,84	7,17	235,06
Горбуша с/м б/г	130	115,05	22,88	7,26	0,00	156,24
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1,28	0,00	5,97	28,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
ЧЕСНОК	2	1,7	0,11	0,01	0,49	2,45
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		120	4,43	5,20	24,96	165,02
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,72	0,54	22,14	104,57
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/10	0,22	0,00	9,21	38,23
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ЛИМОН	5,1	3	0,03	0,00	0,09	0,99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
ГРУША		150	0,60	0,45	15,45	70,50
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			34,36	20,51	73,98	648,57
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			77,07	67,90	239,43	1 938,69

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200		6,48	7,56	28,62	209,63
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,78	4,12	7,92	89,05
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,68	0,24	17,77	79,95
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		4,34	3,64	12,44	100,90
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,05	9,00	12,08	168,56
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
			13,87	20,20	53,14	479,09
II Завтрак						
СОК	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
			0,97	0,19	19,59	83,42
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250		11,03	5,41	21,85	180,51
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,27	2,81	0,00	38,41
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	30	29,85	6,66	0,47	13,93	86,57
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,68	0,14	5,54	26,14
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,23	0,03	1,34	6,68
МОРКОВЬ	19,38	15,5	0,19	0,02	1,04	5,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	77		12,17	12,62	7,47	195,12
мясо бескостное куриное	76,94	55,4	9,78	9,88	0,00	127,89
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	5	5	0,37	0,13	1,46	11,64
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1,28	0,00	5,97	28,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С ОВОЩНОЙ ПОДЛИВОЙ	120/30		5,54	3,70	26,46	161,34
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37	36,63	4,48	1,17	20,29	109,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МОРКОВЬ	19,38	15,5	0,19	0,02	1,04	5,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,23	0,03	1,34	6,68

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			32,05	22,17	86,66	677,65
Уплотненный полдник						
ТВОРОЖНОЕ ПИРОЖНОЕ С ПОВИДЛО	220		25,00	20,15	44,46	464,26
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	130	130	22,70	11,35	3,78	213,11
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,67	0,10	7,11	31,98
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ПОВИДЛО	35	35	0,14	0,00	22,41	90,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ПЕЧЕНЬЕ	10	10	0,73	0,95	7,22	40,45
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200		0,06	0,00	3,03	12,33
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ЧАЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
			28,06	21,15	59,49	572,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,95	63,71	218,88	1 812,75

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		8,97	8,04	32,51	239,54
ПШЕНО	30	29,7	3,32	0,78	20,28	101,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,63	4,85	9,31	104,76
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,46	4,61	18,18	137,33
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,12	0,00	0,62	2,98
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	5,34	4,61	8,85	99,52
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
БУЛКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,05	9,25	12,08	170,80
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
			17,48	21,90	62,77	547,67
II Завтрак						
СОК	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
			0,97	0,19	19,59	83,42
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ	250		5,86	6,72	11,39	135,03
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	26,11	18,8	3,41	2,94	0,00	40,12
СВЕКЛА	29,06	23,25	0,34	0,02	1,99	9,48
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	0,98	0,06	2,55	15,21
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,68	0,14	5,54	26,14
МОРКОВЬ	4,85	3,88	0,05	0,00	0,26	1,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	77/80		13,48	5,60	6,15	144,49
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	77	71,6	12,44	2,57	0,00	88,20
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,23	0,03	1,34	6,68
МОРКОВЬ	19,38	15,5	0,19	0,02	1,04	5,27
РИС ОТВАРНОЙ	130		2,50	3,56	26,33	147,34
КРУПА РИСОВАЯ	37	36,63	2,48	0,36	26,30	118,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	8,71	34,83

СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ УСАДЕБНЫЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			25,15	16,32	73,78	563,67
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ МОЛОКОМ		160/35	28,00	25,14	47,88	534,94
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	130	130	22,70	11,35	3,78	213,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,10	0,25	13,56	64,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	6,02	0,74	0,67	0,04	9,17
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	35	35	2,44	2,89	18,85	111,36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0,00	6,78	0,00	61,04
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ЧАЙ СЛАДКИЙ		200	0,19	0,00	5,25	21,76
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,00	1,00	12,00	96,00
БАТОН Умница ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. "Йодказеином"	40	40	3,00	1,00	12,00	96,00
			31,19	26,14	65,13	652,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,79	64,55	221,27	1 847,46