

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,04	6,20	26,30	189,30
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,35	0,38	19,76	95,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ	8	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>8,40</b>	<b>10,30</b>	<b>41,82</b>	<b>287,30</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,60	0,60	14,80	66,30
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	171	150	0,60	0,60	14,70	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	4,60	4,80	2,50	91,50
ФИЛЕ ТРЕСКИ	57	55	8,54	0,32	0,00	36,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>120</b>	<b>2,32</b>	<b>3,92</b>	<b>15,60</b>	<b>107,40</b>
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
МОРКОВЬ	31,25	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>19,70</b>	<b>80,70</b>
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	21,3	18,8	0,08	0,08	1,78	8,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,00</b>	<b>0,12</b>	<b>6,40</b>	<b>31,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,10</b>	<b>0,50</b>	<b>7,70</b>	<b>39,30</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>13,22</b>	<b>15,34</b>	<b>61,00</b>	<b>460,90</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>160</b>	<b>2,67</b>	<b>5,16</b>	<b>26,59</b>	<b>163,77</b>
ГРУДКИ КУРИНЫЕ	90,11	82	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МОРКОВЬ	16,25	13	0,16	0,01	0,87	4,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78
КРУПА РИСОВАЯ	35,4	35	2,38	0,34	25,12	113,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>150/5</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>28,00</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,00</b>	<b>0,12</b>	<b>6,40</b>	<b>31,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"</b>		<b>50</b>	<b>5,30</b>	<b>4,30</b>	<b>29,25</b>	<b>144,00</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	0,37	19,87	94,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	2,32	1,15	0,39	21,76
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.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			<b>8,97</b>	<b>9,58</b>	<b>69,24</b>	<b>366,77</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>31,19</b>	<b>35,82</b>	<b>186,86</b>	<b>1 181,27</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,80	6,10	20,90	154,00
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,56	0,22	16,51	74,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>10,39</b>	<b>14,80</b>	<b>44,50</b>	<b>300,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ С 4-Х МЕС.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,40	0,10	1,50	9,60
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	42,3	40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		1,71	1,73	12,18	71,28
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУДКИ КУРИНЫЕ	15,38	14	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160		15,50	17,00	17,60	216,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	121	100	17,36	3,59	0,00	123,19
КРУПА РИСОВАЯ	20,3	20,3	1,38	0,19	14,57	65,57

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	48	40,5	0,55	0,08	3,22	16,11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,50	0,20	18,30	77,30
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	2,04	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>20,21</b>	<b>19,65</b>	<b>63,68</b>	<b>444,48</b>
<b>Полдник</b>						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	8,30	5,33	0,20	81,00
ФИЛЕ ТРЕСКИ	47,6	45,8	7,11	0,26	0,00	30,65
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,38	3,70	15,70	107,00
КАРТОФЕЛЬ	125,47	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,4	17,4	0,49	0,43	0,81	9,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,10	0,10	18,10	75,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	33,33	30	0,12	0,12	2,85	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	2,00	4,60	24,10	164,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ДРОЖИ	0,12	0,12	0,02	0,00	0,00	0,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			<b>13,78</b>	<b>13,85</b>	<b>64,50</b>	<b>458,00</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,38</b>	<b>48,30</b>	<b>172,68</b>	<b>1 202,48</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,90	1,60	1,80	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,88	0,06	1,85	11,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		12,30	16,70	2,30	119,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,575	11,41	10,33	0,63	140,98
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	0,96	0,83	1,60	17,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>17,40</b>	<b>22,80</b>	<b>32,60</b>	<b>295,30</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,20	6,30	5,70	98,10
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,35	0,07	2,84	13,44
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50		15,10	15,30	3,50	134,00
ГОВЯДИНА Б/К	110	80,8	14,58	12,54	0,00	170,86
МОРКОВЬ	20,88	16,7	0,21	0,02	1,12	5,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,12	0,02	0,66	3,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110		5,80	4,78	26,80	174,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	50,1	50,1	6,12	1,60	27,75	149,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10		0,08	0,04	6,83	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			<b>26,48</b>	<b>26,54</b>	<b>50,23</b>	<b>470,70</b>
<b>Полдник</b>						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170		7,60	8,70	16,10	149,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА Б/К	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,13	1,01	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		3,60	5,90	24,00	150,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150		0,10	0,01	14,10	54,00
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ	12	12	0,11	0,01	0,35	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100		2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,8-3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			<b>15,10</b>	<b>17,23</b>	<b>65,10</b>	<b>440,80</b>

<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>59,58</b>	<b>67,07</b>	<b>163,43</b>	<b>1 277,30</b>
-----------------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,00	7,30	18,30	158,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>12,04</b>	<b>14,60</b>	<b>40,90</b>	<b>327,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ С 4-Х МЕС.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,60	6,10	4,80	76,80
КАРТОФЕЛЬ	38,4	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51
ЛУК ЗЕЛЕНый	7,6	6	0,08	0,01	0,19	1,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,20	6,20	7,70	105,70
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00



ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,60	4,00	15,10	114,00
ФИЛЕ ТРЕСКИ	43,2	40,8	6,33	0,23	0,00	27,31
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,47	0,18	3,19	16,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,27	0,23	0,45	5,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03	6,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,00	1,60	7,80	53,50
МОРКОВЬ	22,75	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
РЕПА	24,7	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,24	1,96	0,33	20,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>17,13</b>	<b>18,60</b>	<b>60,73</b>	<b>468,93</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,70	9,10	16,10	221,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,78	0,14	7,99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	2,80	3,60	14,90	94,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			<b>25,70</b>	<b>15,90</b>	<b>45,80</b>	<b>427,60</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>54,87</b>	<b>49,10</b>	<b>147,43</b>	<b>1 223,53</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150		2,60	2,50	18,50	128,00
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,19	5,12	25,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>9,19</b>	<b>11,20</b>	<b>42,10</b>	<b>274,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	1,20	36,50
СВЕКЛА	47,5	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		3,40	1,80	9,40	67,40
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	23,2	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	0,966	0,12	0,11	0,01	1,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	6,30	9,00	10,00	224,00
ГОВЯДИНА Б/К	67,5	50	9,02	7,76	0,00	105,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
КАРТОФЕЛЬ	191,67	143,75	2,79	0,56	22,73	107,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,32	0,00	1,49	7,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	0,80	1,20	14,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,30	0,00	5,80	85,00
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ Б/К (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
			<b>12,53</b>	<b>14,10</b>	<b>38,23</b>	<b>479,43</b>
<b>Полдник</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	52,9	50	0,55	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	4,20	6,70	23,10	192,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,47	0,41	22,22	106,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,54	0,48	0,90	10,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,07	0,01	7,10	29,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ	4	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	1,70	8,10	34,00	134,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/31 шт.	1,288	0,16	0,15	0,01	1,96
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	16	16	2,79	1,40	0,47	26,23
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/25 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75

	7,57	15,03	72,50	398,00
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>29,89</b>	<b>40,83</b>	<b>168,33</b>	<b>1 221,93</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,42	4,70	13,70	142,00
ПШЕНО	30	30	3,35	0,79	20,49	102,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>7,62</b>	<b>9,20</b>	<b>42,20</b>	<b>294,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ С 4-Х МЕС.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10		2,70	3,40	15,00	125,10
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ	12,2	12	2,68	0,18	5,60	34,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,16	0,45	7,97	40,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60		6,40	12,10	5,90	121,00
ФИЛЕ ТРЕСКИ	48	45	6,98	0,26	0,00	30,12
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,66	0,25	4,49	22,87

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/7 шт.	5,756	0,71	0,64	0,04	8,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	1,70	0,10	7,80	69,40
МОРКОВЬ	33	26,4	0,33	0,03	1,77	8,96
КАРТОФЕЛЬ	33,07	24,8	0,49	0,10	3,92	18,53
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,4	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,6	26,4	0,47	0,03	1,20	7,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,10	0,10	18,90	87,80
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	25,5	22,5	0,09	0,09	2,14	10,26
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0,01	0,00	4,55	18,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>13,30</b>	<b>16,32</b>	<b>62,70</b>	<b>479,20</b>
<b>Полдник</b>						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8,93	6,74	8,97	205,10
ГОВЯДИНА Б/К	60	50,5	9,11	7,84	0,00	106,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,78	0,30	5,34	27,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,32	3,92	15,60	107,40
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
МОРКОВЬ	31,25	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
			<b>13,35</b>	<b>11,28</b>	<b>45,67</b>	<b>410,80</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>34,27</b>	<b>36,80</b>	<b>150,57</b>	<b>1 184,00</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1,20	2,10	2,40	32,40
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,18	0,08	2,47	15,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,4	0,01	0,00	0,03	0,20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,30	13,92	1,92	93,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1.92 шт.	77,28	9,52	8,62	0,52	117,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,81	0,70	1,33	14,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,7	4,7	0,00	4,56	0,00	40,98
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>18,54</b>	<b>23,32</b>	<b>26,92</b>	<b>294,60</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		40	0,34	0,04	3,15	33,00
МОРКОВЬ	26,5	21,2	0,27	0,02	1,42	7,20
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	20	17,6	0,07	0,07	1,72	8,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	2,04	2,30	9,83	68,24
ГРУДКИ КУРИНЫЕ	48,35	44	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,80	4,10	11,40	89,00
СВЕКЛА	150	120	1,75	0,12	10,24	48,89
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,30	0,00	5,80	85,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,34	0,08	9,57	40,89
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>10,68</b>	<b>10,46</b>	<b>47,28</b>	<b>452,54</b>
<b>Полдник</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,90	4,50	0,30	63,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,00	1,60	7,80	53,50
МОРКОВЬ	22,75	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18
РЕПА	24,7	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,24	1,96	0,33	20,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		30	4,20	5,40	22,40	152,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,08	0,04	6,83	28,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,8-3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			<b>15,68</b>	<b>14,24</b>	<b>52,43</b>	<b>404,00</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,50</b>	<b>48,52</b>	<b>142,13</b>	<b>1 221,64</b>



**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		4,20	5,60	18,70	142,10
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>10,79</b>	<b>14,30</b>	<b>42,30</b>	<b>288,10</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ С 4-Х МЕС.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		1,64	2,71	11,79	78,41
КАРТОФЕЛЬ	90	67,5	1,31	0,26	10,67	50,42
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ОКОРОК КУРИНЫЙ	25,45	14	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50		11,20	4,90	4,50	108,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	68	56	9,72	2,01	0,00	68,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72

КАРТОФЕЛЬ	6,67	5	0,10	0,02	0,80	3,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,40	6,90	13,40	125,00
КАРТОФЕЛЬ	64	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	28,04	22,43	0,28	0,02	1,50	7,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,27	2,18	0,37	22,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ		150	0,00	0,00	15,00	57,00
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0,00	0,00	13,90	55,59
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			<b>18,74</b>	<b>15,31</b>	<b>66,59</b>	<b>477,41</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14,20	7,30	12,90	177,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,62	0,11	6,39
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,60	5,90	24,00	150,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			<b>23,00</b>	<b>16,40</b>	<b>51,70</b>	<b>439,50</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,53</b>	<b>46,01</b>	<b>160,59</b>	<b>1 205,01</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,00	7,30	18,30	128,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>9,20</b>	<b>11,80</b>	<b>46,80</b>	<b>280,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН СВЕЖИЕ	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,20	6,20	7,70	100,70
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60		11,00	0,40	0,00	139,00

ФИЛЕ ТРЕСКИ	79,2	76,8	11,92	0,45	0,00	51,40
МОРКОВЬ	3	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>0,30</b>	<b>1,00</b>	<b>1,20</b>	<b>14,80</b>
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>120</b>	<b>2,60</b>	<b>4,00</b>	<b>17,10</b>	<b>117,00</b>
КАРТОФЕЛЬ	136,8	102,6	1,99	0,40	16,22	76,63
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>158</b>	<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>7,10</b>	<b>29,00</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ	4	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,30</b>	<b>0,13</b>	<b>8,50</b>	<b>41,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,10</b>	<b>0,50</b>	<b>7,70</b>	<b>39,30</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>20,87</b>	<b>12,24</b>	<b>50,00</b>	<b>486,00</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>170</b>	<b>7,60</b>	<b>8,70</b>	<b>16,10</b>	<b>149,00</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА Б/К	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,13	1,01	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,00</b>	<b>0,12</b>	<b>6,40</b>	<b>31,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ</b>		<b>50</b>	<b>2,30</b>	<b>6,00</b>	<b>24,20</b>	<b>134,00</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,14	0,26	13,90	66,42
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,254	0,28	0,25	0,02	3,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,10	0,10	18,10	73,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,8-3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			<b>13,80</b>	<b>17,42</b>	<b>69,30</b>	<b>444,00</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,37</b>	<b>41,96</b>	<b>187,10</b>	<b>1 306,00</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,80	6,10	20,90	154,10
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,56	0,22	16,51	74,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	33,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>7,04</b>	<b>10,20</b>	<b>36,30</b>	<b>249,70</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150		0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ С 4-Х МЕС.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	3,20	36,50
СВЕКЛА	47,5	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,30	5,60	9,80	97,40
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,87	0,17	7,12	33,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60		1,83	4,91	2,11	59,78
ГРУДКИ КУРИНЫЕ	45,6	41,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,063	1,24	1,13	0,07	15,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	0,35	0,30	0,57	6,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	3,20	2,70	15,50	97,40
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,34	0,51	27,76	133,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,10	0,10	18,10	73,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,70	51,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>12,83</b>	<b>16,31</b>	<b>67,11</b>	<b>455,58</b>
<b>Полдник</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	14,00	13,20	13,50	144,00
ГОВЯДИНА Б/К	93,2	68,5	12,36	10,63	0,00	144,85
КАРТОФЕЛЬ	109,2	81,9	1,59	0,32	12,95	61,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,30	0,00	20,80	85,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ Б/К (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,80	7,10	24,80	164,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,72	0,45	24,11	115,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,16	0,02	1,00	4,79
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,11	1,11	0,01	0,89	0,01	8,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,48	1,48	0,00	1,44	0,00	12,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3/100 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,14	0,14	0,02	0,00	0,00	0,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0,00	0,24	0,00	2,18
			<b>19,40</b>	<b>20,42</b>	<b>66,50</b>	<b>429,60</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>39,27</b>	<b>46,93</b>	<b>169,91</b>	<b>1 134,88</b>