

МЕНЮ**Ясли 12 часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4,10	3,90	9,00	88,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,31	0,50	8,97	45,75
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,2	12	2,70	3,43	0,00	42,37
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,37	4,36	22,00	144,63
КРУПА МАННАЯ	22,3	22,3	2,23	0,21	15,27	71,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,7	75,7	2,13	1,83	3,52	39,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,77	2,18	11,74	78,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0,00	0,00	6,30	25,16
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
			11,24	10,44	42,74	311,09
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30		0,43	3,05	1,99	37,32
КАРТОФЕЛЬ	7,88	6,3	0,13	0,03	1,00	4,70
СВЕКЛА	6	4,5	0,07	0,00	0,39	1,83
МОРКОВЬ	4	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	5,5	5,5	0,04	0,01	0,09	0,72
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	4,5	4,5	0,08	0,00	0,14	1,04
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	6,5	5,2	0,07	0,01	0,17	1,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,82	5,28	5,36	90,91
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	42	33,6	0,58	0,03	1,53	9,13
КАРТОФЕЛЬ	21	16,8	0,33	0,07	2,66	12,55
МОРКОВЬ	8,51	6,38	0,08	0,01	0,43	2,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	22	19,8	3,57	3,07	0,00	41,87
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ		60	6,95	3,44	5,38	80,18
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	41,3	39,7	6,16	0,23	0,00	26,57
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8	0,79	0,30	5,38	27,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		110	2,30	2,54	17,33	101,93
КАРТОФЕЛЬ	116,88	93,5	1,81	0,36	14,78	69,84
МОРКОВЬ	14,67	11	0,14	0,01	0,74	3,73
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21	17,6	0,24	0,04	1,40	7,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,11	0,00	0,41	2,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,77	0,05	23,45	97,85
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	9,5	9,5	0,00	0,00	9,20	36,77
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0,01	0,00	6,83	27,32
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			18,09	15,14	72,29	501,38
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		110	11,39	11,71	16,12	215,70
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	74,6	53,71	9,74	8,39	0,00	114,62
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,6	5,5	0,08	0,01	0,44	2,19
МОРКОВЬ	8,13	6,1	0,08	0,01	0,41	2,08
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,07	0,00	0,26	1,39
КРУПА РИСОВАЯ	21,1	20,9	1,42	0,20	15,01	67,51
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3,74	5,39	17,38	133,04
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	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03	6,13
ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
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	33,75	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
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,12	0,00	7,02	28,54
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	0,98	0,15	6,37	30,53
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59

АПЕЛЬСИН		70	0,60	0,10	5,70	30,10
АПЕЛЬСИН	104,48	70	0,63	0,14	5,67	30,10
			16,83	17,35	52,59	437,91
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,66	46,06	173,26	1 321,02

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САПАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,90	1,50	1,80	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,85	0,06	1,79	11,06
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		12,43	16,62	2,23	208,45
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,31 шт.	92,978	11,46	10,37	0,63	141,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,4	34,4	0,97	0,83	1,60	18,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0,00	5,42	0,00	48,83
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,52	2,07	8,56	63,39
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
БАТОН	20		1,65	0,64	11,31	57,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,65	0,64	11,31	57,64
			17,50	20,83	23,90	353,78
II Завтрак						
КЕФИР	130		3,77	3,25	5,20	68,90
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	130	130	3,77	3,25	5,20	68,90
			3,77	3,25	5,20	68,90
Обед						
САПАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,42	1,58	2,43	25,56
СВЕКЛА	38	28,5	0,42	0,03	2,43	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		4,03	4,80	8,39	97,71
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	16	12,8	0,22	0,01	0,58	3,47
КАРТОФЕЛЬ	48,75	39	0,76	0,16	6,17	29,13
МОРКОВЬ	8,51	6,38	0,08	0,01	0,43	2,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	7,38	4,8	0,15	0,01	0,30	1,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18,75	13,5	2,44	2,10	0,00	28,81
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,18	14,21	3,50	202,44
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	89,78	80,8	14,58	12,54	0,00	170,86
МОРКОВЬ	22,27	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	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
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	5,24	2,97	23,71	142,29
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	43,2	42,77	5,23	1,37	23,69	127,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,12	0,09	10,35	43,09
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,2	129,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,6	7,6	0,00	0,00	7,35	29,41
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			26,31	23,83	56,86	551,88
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,24	0,03	0,75	4,20
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,24	0,03	0,75	4,20
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		50	7,28	3,76	4,29	80,13
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	52,78	38	5,90	0,22	0,00	25,43
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,3	5,3	0,39	0,15	2,64	13,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,22	0,19	0,37	4,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,6	7,6	0,21	0,18	0,35	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,14	0,02	0,88	4,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,10	2,86	14,21	91,31
КАРТОФЕЛЬ	106,63	85,3	1,66	0,33	13,48	63,71
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,3	15,3	0,43	0,37	0,71	8,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0,00	0,00	4,06	16,26
КЛЮКВА ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	20,8	20,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	0,98	0,15	6,38	30,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПРЯНИКИ		20	1,18	0,94	15,00	73,20
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
БАНАН		60	0,90	0,30	12,60	57,60
БАНАН	85,7	60	0,90	0,30	12,60	57,60
			12,68	8,04	57,29	353,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,26	55,95	143,25	1 327,86

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		4,99	5,72	20,38	153,29
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	0,6	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	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,73	2,17	11,89	78,65
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,15	2,15	0,21	0,00	1,12	5,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,52	2,17	4,18	46,99
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0,00	0,00	6,59	26,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН	20		1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			11,70	10,73	42,71	314,99
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40		0,32	0,04	0,68	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,32	0,04	0,68	5,20
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		5,13	7,00	10,08	126,33
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,2	12,2	0,10	0,01	0,20	1,54
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 ЛОПАТКА	22,4	20,16	3,64	3,13	0,00	42,63
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50		10,85	3,16	1,42	77,23
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	60,27	58	9,00	0,34	0,00	38,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,31 шт.	12,478	1,53	1,39	0,09	19,00

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,15	0,13	0,23	2,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,57	3,58	16,96	110,72
КАРТОФЕЛЬ	114,75	91,8	1,78	0,36	14,51	68,57
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,45	0,39	0,74	8,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,42	0,13	17,27	73,78
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18,8	18,8	0,42	0,13	10,49	46,69
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		20	1,13	0,44	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			21,74	14,53	62,60	473,35
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	21,73	14,00	26,71	325,49
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	19,80	9,90	3,30	185,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	7,7	7,7	0,77	0,08	5,28	24,57
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0,00	2,72	0,00	24,41
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,61	0,00	2,86	13,91
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,17	1,02	0,24	13,99
ДЖЕМ	13	13	0,08	0,01	9,20	35,81
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,43	3,82	7,33	82,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5	4,43	3,82	7,33	82,50
ЯБЛОКО		70	0,30	0,30	6,90	32,90
ЯБЛОКИ	79,55	70	0,28	0,28	6,86	32,90
			26,46	18,12	40,94	440,89
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,40	46,51	151,89	1 299,87

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,80	4,70	12,50	99,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,82	0,71	12,46	63,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130		4,62	5,23	22,03	153,95
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	25,45	25,2	2,81	0,32	16,60	80,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,9	41,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	63,7	63,7	1,79	1,54	2,97	33,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,09	2,54	12,05	84,40
КАКАО-ПОРОШОК	2,15	2,15	0,50	0,31	0,21	6,02
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0,00	0,00	7,55	30,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,51	12,47	46,58	338,15
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	130		3,66	3,15	5,30	68,09
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,66	3,15	5,30	68,09
			3,66	3,15	5,30	68,09
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,44	0,08	1,52	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		4,19	3,12	12,19	93,92
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,72	0,01	6,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19	13,68	2,48	2,13	0,00	29,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60		13,48	7,65	2,08	145,59
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	81,6	67,2	11,67	2,42	0,00	82,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
КАРТОФЕЛЬ	7,5	6	0,12	0,02	0,95	4,48

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0,02	2,88	0,03	26,12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,075	1,48	1,35	0,08	18,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ		110	2,50	3,58	12,49	93,05
КАРТОФЕЛЬ	55	44	0,85	0,17	6,95	32,86
МОРКОВЬ	40,4	30,3	0,38	0,03	2,03	10,29
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	28,3	22,6	0,40	0,02	1,03	6,14
БРЮКВА	19,3	14,9	0,17	0,01	1,12	5,34
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	22,9	14,9	0,45	0,03	0,94	5,78
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,3	8,3	0,23	0,20	0,39	4,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОС		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОС	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,34	0,20	8,51	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			23,45	15,21	47,07	435,56
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		120	10,60	11,10	7,74	173,79
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	97,5	78	1,36	0,08	3,56	21,18
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	53,9	48,6	8,77	7,55	0,00	102,77
КРУПА РИСОВАЯ	4,6	4,5	0,31	0,05	3,23	14,54
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	4,75	2,56	18,02	114,41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2,05	0,24	13,22	63,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0,00	0,00	2,71	10,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	10	10	1,75	0,87	0,29	16,39
ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ	0,9	0,9	0,11	0,02	0,02	0,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,403	0,05	0,05	0,00	0,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,11	0,01	11,97	50,40
ЛИМОН	20	12	0,11	0,01	0,35	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,5	160,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,30	0,20	8,50	40,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ГРУША		60	0,20	0,20	6,20	28,20
ГРУША	66,67	60	0,24	0,18	6,18	28,20
			16,96	14,07	52,43	407,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,58	44,90	151,38	1 249,40

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4,10	3,90	9,00	88,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,31	0,50	8,97	45,75
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,2	12	2,70	3,43	0,00	42,37
КАША "ДРУЖБА"	150		4,48	5,79	18,20	143,59
КРУПА РИСОВАЯ	7	6,93	0,48	0,07	4,98	22,39
ПШЕНО	7,5	7,4	0,82	0,19	5,05	25,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	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	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	170		2,50	2,07	11,90	76,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,1	73,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
			11,08	11,76	39,10	308,47
II Завтрак						
КЕФИР	130		3,77	3,25	5,20	68,90
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	130	130	3,77	3,25	5,20	68,90
			3,77	3,25	5,20	68,90
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,32	0,04	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,4	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10		4,73	4,43	7,50	88,76
КАРТОФЕЛЬ	35,09	28,07	0,54	0,11	4,44	20,96
МОРКОВЬ	7,75	5,81	0,08	0,01	0,39	1,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,05	0,08	0,01	0,49	2,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,08	3,08	0,32	0,04	2,09	9,98
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	4,8	4,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	22	19,8	3,57	3,07	0,00	41,87
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60		8,65	10,52	2,19	137,94

КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	39,24	35,71	6,31	6,37	0,00	82,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,35 шт.	14,088	1,74	1,57	0,10	21,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,36	0,31	0,58	6,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)		130	2,29	4,59	11,56	97,54
КАРТОФЕЛЬ	32,5	26	0,50	0,10	4,11	19,42
МОРКОВЬ	35,47	26,6	0,34	0,03	1,78	9,03
ТЫКВА СВЕЖАЯ	24,9	17,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	29	15,08	0,37	0,05	0,61	4,38
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	16,8	10,9	0,33	0,02	0,69	4,23
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,8	26	0,35	0,05	2,07	10,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,17	0,02	1,15	5,51
МОРКОВЬ	2,93	2,2	0,03	0,00	0,15	0,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,9	0,8	0,01	0,00	0,07	0,32
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,9	3,9	0,18	0,00	0,72	3,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,78
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИК	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			18,81	20,34	41,01	423,03
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,44	0,08	1,52	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	6,52	8,99	23,30	200,36
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.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
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	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,30	0,07	18,29	75,50
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,5	13,5	0,30	0,07	8,61	36,80
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАНАН		70	1,10	0,40	14,70	67,20
БАНАН	100	70	1,05	0,35	14,70	67,20
			11,18	10,30	76,57	445,85
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,84	45,65	161,88	1 246,25

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,80	4,70	12,50	99,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,82	0,71	12,46	63,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,35	4,52	19,87	138,11
ПШЕНО	20	19,8	2,21	0,52	13,52	67,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,8	75,8	2,13	1,84	3,53	39,70
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,75	2,23	11,11	76,04
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
			8,90	11,45	43,48	313,95
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30		0,50	2,33	3,67	37,65
КАРТОФЕЛЬ	27,75	22,2	0,43	0,09	3,51	16,58
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	6,5	5,2	0,07	0,01	0,16	1,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10		4,59	2,22	19,20	115,36
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,16	0,45	7,97	40,66
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,05	12	2,68	0,18	5,60	34,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	50		8,16	8,66	5,60	132,97
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	37	33,3	6,00	5,17	0,00	70,41

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,7	5,7	0,42	0,16	2,84	14,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,7	17,1	0,23	0,03	1,36	6,80
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,635	0,70	0,63	0,04	8,58
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,9	1,4	0,05	0,01	0,11	0,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,4	1,4	0,17	0,00	0,83	4,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,68	2,67	10,36	72,06
СВЕКЛА	152,27	114,2	1,66	0,11	9,75	46,52
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0,00	0,00	0,58	2,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОС		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОС	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			16,25	16,06	47,31	398,83
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,32	0,04	0,68	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,32	0,04	0,68	5,20
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		40	8,05	4,27	1,20	75,30
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	43,16	38,2	7,60	2,41	0,00	51,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		100	1,95	2,10	12,79	78,39
КАРТОФЕЛЬ	84,23	67,38	1,31	0,26	10,65	50,32
МОРКОВЬ	31	23,25	0,29	0,02	1,55	7,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,2	12,2	0,34	0,30	0,57	6,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ		50	5,21	4,23	30,00	178,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37	3,88	0,47	25,08	119,87
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,42	0,13	15,33	66,04
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18,8	18,8	0,42	0,13	10,49	46,69
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	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		10	0,66	0,09	4,24	20,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,66	0,09	4,24	20,40
ЯБЛОКО		70	0,28	0,28	6,86	32,90
ЯБЛОКИ	79,5	70	0,28	0,28	6,86	32,90
			16,89	11,14	71,10	457,07
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,54	41,78	167,53	1 240,49

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35		1,59	0,60	21,22	95,00
ДЖЕМ	15	15	0,09	0,02	10,94	42,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,32	5,83	21,34	154,94
КРУПА МАННАЯ	22,3	22,3	2,23	0,21	15,27	71,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,3	48,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73,5	73,5	2,07	1,78	3,42	38,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0,00	0,00	2,61	10,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,63	2,07	11,55	75,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,23	0,00	1,20	5,71
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,54	8,50	54,11	325,71
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	130		3,66	3,15	5,30	68,09
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,66	3,15	5,30	68,09
			3,66	3,15	5,30	68,09
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,45	1,73	2,40	27,38
СВЕКЛА	38	28,5	0,42	0,03	2,43	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5		3,73	4,69	4,58	78,76
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	34	34	0,59	0,03	0,99	7,59
КАРТОФЕЛЬ	18,75	15	0,29	0,06	2,38	11,20
МОРКОВЬ	8,51	6,38	0,08	0,01	0,43	2,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,6	0,6	0,03	0,00	0,11	0,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	15,56	14	2,52	2,17	0,00	29,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130		10,66	11,16	21,74	230,01

ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	48,11	43,3	7,81	6,72	0,00	91,56
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
КАРТОФЕЛЬ	155,75	124,6	2,42	0,49	19,70	93,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,36	8,7	0,12	0,02	0,69	3,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,2	2,2	0,28	0,00	1,31	6,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОКО		150	1,20	0,30	22,80	96,75
СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	1,20	0,30	22,80	96,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,34	0,20	8,51	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			17,38	18,08	60,03	473,90
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		120	10,60	11,58	7,74	178,14
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	97,5	78	1,36	0,08	3,56	21,18
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	53,9	48,6	8,77	7,55	0,00	102,77
КРУПА РИСОВАЯ	4,6	4,5	0,31	0,05	3,23	14,54
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0,00	0,00	4,84	19,35
КЛЮКВА ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	20,8	20,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	159	159	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		60	7,42	4,71	25,83	175,83
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,14	0,38	20,34	97,19
САХАР ПЕСОК	1,62	1,62	0,00	0,00	1,57	6,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,37	1,37	0,01	1,10	0,01	9,94
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,43	0,43	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	19	18,9	3,30	1,65	0,55	30,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,94	0,94	0,10	0,01	0,64	3,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,94	0,94	0,00	0,76	0,01	6,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
САХАР ПЕСОК	2,14	2,14	0,00	0,00	2,08	8,28
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,86	0,86	0,09	0,01	0,58	2,78
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/33 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,17	0,17	0,00	0,16	0,00	1,48
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,30	0,20	8,49	40,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ГРУША		70	0,28	0,21	7,21	32,90
ГРУША	77,78	70	0,28	0,21	7,21	32,90
			19,60	16,70	54,11	446,92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,18	46,43	173,55	1 314,62

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4,10	3,90	9,00	88,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,31	0,50	8,97	45,75
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,2	12	2,70	3,43	0,00	42,37
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	130		3,19	5,16	19,39	137,23
КРУПА РИСОВАЯ	19,49	19,3	1,31	0,18	13,85	62,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,5	44,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	66,3	66,3	1,86	1,61	3,08	34,73
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,30	3,59	14,53	108,86
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,80	3,28	6,29	70,71
КАКАО-ПОРОШОК	2,15	2,15	0,50	0,31	0,21	6,02
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
			11,59	12,65	42,92	334,29
II Завтрак						
КЕФИР	130		3,77	3,25	5,20	68,90
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	130	130	3,77	3,25	5,20	68,90
			3,77	3,25	5,20	68,90
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30		0,24	0,03	0,75	4,20
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,24	0,03	0,75	4,20
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10		4,01	5,01	9,49	103,96
КАРТОФЕЛЬ	49,5	39,6	0,77	0,16	6,26	29,58
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,03	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,36	0,05	0,01	0,27	1,34
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10	10	0,08	0,01	0,16	1,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19	13,68	2,48	2,13	0,00	29,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50		9,84	0,37	0,30	43,65
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	65,47	63	9,78	0,37	0,00	42,17
МОРКОВЬ	2,67	2	0,03	0,00	0,14	0,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2	0,03	0,00	0,16	0,80
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110		2,14	3,80	17,32	112,12
КАРТОФЕЛЬ	136,63	109,3	2,12	0,43	17,29	81,64

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС ПОЛЬСКИЙ		15	1,53	7,35	0,16	72,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0,04	6,00	0,06	54,42
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,075	1,48	1,35	0,08	18,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,10	0,09	16,33	67,03
ЯБЛОКИ	25,6	22,5	0,09	0,09	2,14	10,26
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,5	8,5	0,01	0,00	6,45	25,81
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 РЖАНОЙ		20	1,33	0,20	8,45	40,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			19,19	16,85	52,80	444,62
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	22,17	14,44	25,72	326,89
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	19,80	9,90	3,30	185,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	7,7	7,7	0,77	0,08	5,28	24,57
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,038	0,75	0,67	0,04	9,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,61	0,00	2,86	13,91
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
ДЖЕМ	13	13	0,08	0,01	9,20	35,81
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,32	4,59	8,80	99,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,32	4,59	8,80	99,00
ЯБЛОКО		70	0,28	0,28	6,86	32,90
ЯБЛОКИ	79,55	70	0,28	0,28	6,86	32,90
			27,77	19,31	41,38	458,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,32	52,06	142,30	1 306,60

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САПАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,89	1,56	1,87	25,04
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ 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	110		9,54	11,87	1,91	152,73
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,75 шт.	70,438	8,68	7,86	0,48	107,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,1	4,1	0,02	3,28	0,03	29,75
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,31	1,82	11,31	71,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН	20		1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			14,24	15,85	25,39	301,52
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	130		3,90	1,30	5,45	51,99
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,66	3,15	5,30	68,09
			3,90	1,30	5,45	51,99
Обед						
САПАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30		0,26	0,03	2,36	24,75
МОРКОВЬ	21,2	15,9	0,20	0,02	1,07	5,40
ЯБЛОКИ	15	13,2	0,05	0,05	1,29	6,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		5,05	4,94	10,02	104,79
КАРТОФЕЛЬ	71,25	57	1,11	0,22	9,01	42,57
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	22,4	20,16	3,64	3,13	0,00	42,63
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

ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		50/30	13,43	5,68	2,33	134,14
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	79,57	74	12,85	2,66	0,00	91,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,25	0,03	1,63	7,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,6	22,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,22	1,31	0,31	17,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	3,81	2,86	24,30	138,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35,5	35,5	3,79	0,45	24,28	116,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОКО		150	1,20	0,30	22,80	96,75
СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	1,20	0,30	22,80	96,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,30	0,20	8,50	40,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			26,55	14,61	80,61	591,79
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,24	0,03	0,75	4,19
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,2	29,9	0,24	0,03	0,75	4,19
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		50	7,71	4,98	2,14	84,11
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	42	40,42	6,28	0,23	0,00	27,05
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,35	0,30	0,58	6,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	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.)	0,17 шт.	6,843	0,84	0,77	0,05	10,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		100	2,08	2,17	8,66	63,08
МОРКОВЬ	31	23,25	0,29	0,02	1,55	7,90
КАРТОФЕЛЬ	24,08	19,26	0,38	0,08	3,05	14,39
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15,38	10	0,30	0,02	0,63	3,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,9	23,92	0,42	0,02	1,09	6,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,47	0,40	0,77	8,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,5	16,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,78
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,12	0,00	5,08	20,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,6	151,6	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	4,65	2,47	17,82	112,41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2,05	0,24	13,22	63,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0,00	0,00	2,51	10,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	10	10	1,75	0,87	0,29	16,39
ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ	0,9	0,9	0,11	0,02	0,02	0,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,403	0,05	0,05	0,00	0,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,32	0,18	8,48	40,79

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАНАН	70		1,06	0,35	14,78	67,58
БАНАН	100	70	1,05	0,35	14,70	67,20
			17,18	10,18	57,71	392,96
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,87	41,94	169,16	1 338,26

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,48	2,24	0,14	30,65
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		1,30	2,80	8,50	64,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17,1	17,1	1,24	0,49	8,53	43,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130		4,51	6,49	17,66	147,64
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	19,3	19,3	2,30	1,16	11,57	65,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,5	44,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	78	78	2,19	1,89	3,63	40,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,25	1,82	13,26	78,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0,00	0,00	9,49	37,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
			10,54	13,35	39,56	321,70
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,44	0,08	1,52	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10		3,99	4,99	8,17	98,19
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,09	0,00	0,33	1,78
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	15,89	14,3	2,58	2,22	0,00	30,23

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЧЕСНОК	1,18	1	0,07	0,01	0,29	1,45
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,33	10,69	9,83	176,74
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	51,65	47	8,29	8,39	0,00	108,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ 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
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,62	1,70	7,49	57,35
МОРКОВЬ	53,73	40,3	0,50	0,04	2,70	13,69
РЕПА	24,3	18	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	15,4	10	0,30	0,02	0,63	3,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	17	13,6	0,23	0,01	0,62	3,70
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,6	31,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,9	10,9	0,27	1,59	0,37	21,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИК		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИК	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,34	0,20	8,49	40,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
			17,72	17,66	35,50	382,78
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ		30	0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	30	0,24	0,03	0,51	3,90
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	12,84	12,51	11,05	208,02
ГОВЯДИНА Б/К З/Ч	70,22	63,2	11,41	9,81	0,00	133,65
КАРТОФЕЛЬ	80	64	1,24	0,25	10,12	47,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	13,81	68,41
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	0,98	0,15	6,38	30,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
МАНДАРИН		95	0,76	0,19	7,13	36,10
МАНДАРИН	128,4	95	0,76	0,19	7,13	36,10
			17,56	16,02	61,20	472,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,32	50,16	141,90	1 247,25