

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		4,03	3,83	9,97	91,22
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,58	11,44	2,57	3,27	0,00	40,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,46	0,56	9,97	50,83
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,92	4,65	22,48	151,88
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24	23,76	2,65	0,30	15,65	75,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0,00	0,00	3,09	12,39
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
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0,00	0,00	6,59	26,32
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,52	2,17	4,18	46,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,68	10,65	44,34	321,75
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
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
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5		4,42	3,90	8,53	86,80
КАРТОФЕЛЬ	35,09	28,07	0,54	0,11	4,44	20,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
МОРКОВЬ	7,75	5,81	0,08	0,01	0,39	1,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6	0,49	0,06	3,12	14,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,3	7,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0,04	0,00	0,07	0,46
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,05	0,08	0,01	0,49	2,41
ГОВЯДИНА Б/К	19	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50		1,85	2,83	1,42	38,41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,31 шт.	12,48	1,53	1,40	0,09	19,00

РЫБА САЙДА	80,56	58	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,15	0,13	0,23	2,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,57	4,38	16,97	117,98
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,45	0,39	0,74	8,27
КАРТОФЕЛЬ	114,75	91,8	1,78	0,36	14,51	68,57
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,15	0,02	18,49	74,93
КУРАГА	15	15	0,14	0,02	1,39	6,55
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
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	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		10	0,75	0,29	5,14	26,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,75	0,29	5,14	26,20
			11,30	11,63	59,78	389,30
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		100	3,63	2,99	23,15	134,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	33,8	33,8	3,61	0,43	23,12	110,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,97	9,05	6,13	150,10
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	96	53,8	9,76	8,40	0,00	114,81
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,40	0,34	0,65	7,33
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,31	1,86	10,20	67,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,7	76,7	2,15	1,86	3,57	40,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	79,2	79,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0,00	0,00	6,30	25,16
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ГРУША		70	0,28	0,21	7,21	32,90
ГРУША	77,8	70	0,28	0,21	7,21	32,90
			18,18	14,24	53,05	414,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,66	39,65	162,81	1 196,57

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						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35	1,25	0,46	22,29	96,10
ДЖЕМ	20	20	0,12	0,02	14,58	56,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		150	4,99	5,69	19,88	151,06
КРУПА ОВСЯНАЯ	23,35	23	2,75	1,36	13,28	76,30
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
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,56	2,07	9,13	65,79
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
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
			8,80	8,22	51,30	312,95
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	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	9,62
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,5	40,1	0,44	0,08	1,52	9,62
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	3,67	4,49	8,32	93,15
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	20,57	11,52	2,09	1,79	0,00	24,58
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
КАРТОФЕЛЬ	48,75	39	0,76	0,16	6,17	29,13
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	7,38	4,8	0,15	0,01	0,30	1,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5,26	5,38	23,73	164,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	43,2	42,77	5,23	1,37	23,69	127,78

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		40/30	10,40	6,00	0,30	109,30
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	63,66	59,2	10,28	2,12	0,00	72,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,6	22,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,25	0,03	1,63	7,78
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	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
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8	0,19	1,13	0,26	15,59
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,12	0,09	13,65	56,25
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
ГРУША	33,3	30	0,12	0,09	3,00	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,2	129,2	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
			21,21	16,22	56,00	473,17
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		120	10,60	11,58	7,74	178,14
ГОВЯДИНА Б/К	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
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	97,5	78	1,36	0,08	3,56	21,18
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	2,30	6,00	24,20	134,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,14	0,26	13,90	66,42
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,26	0,28	0,25	0,02	3,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
ДРОЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	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
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23	7,33
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,14	0,00	8,51	34,59
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	0,99	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ		70	0,63	0,14	5,67	30,10
АПЕЛЬСИН	104,5	70	0,63	0,14	5,67	30,10
			14,66	17,85	52,48	407,42
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,17	45,42	165,42	1 264,18

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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	3,79	4,80	8,19	72,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,37	4,36	22,00	144,63
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
КРУПА МАННАЯ	22,3	22,3	2,23	0,21	15,27	71,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,74	2,18	11,81	78,43
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,8	89,8	2,52	2,18	4,18	47,04
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,22	0,00	1,14	5,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,90	11,34	42,00	295,60
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,32	0,04	0,68	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	4,55	5,46	10,50	109,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	75	60	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ГОВЯДИНА Б/К	23,2	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	10,25	6,36	2,56	108,18
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	76,39	55	8,54	0,32	0,00	36,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)		130	2,33	5,79	12,16	110,89
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,9	26	0,35	0,05	2,07	10,34
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	16	10,4	0,31	0,02	0,66	4,04
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
МОРКОВЬ	3,07	2,3	0,03	0,00	0,16	0,79
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,9	0,8	0,01	0,00	0,07	0,32
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
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,9	3,9	0,18	0,00	0,72	3,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	25	13	0,32	0,04	0,53	3,78
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	31,2	23,4	0,29	0,02	1,56	7,94
КАРТОФЕЛЬ	32,5	26	0,50	0,10	4,11	19,42
ТЫКВА	22,3	15,6	0,16	0,02	0,67	3,48
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,42	0,13	18,23	77,65
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18,8	18,8	0,42	0,13	10,49	46,69
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,68	0,25	10,64	51,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
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
			21,05	18,61	65,05	514,92
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	21,29	10,88	26,41	301,24
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	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
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	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	12,99
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
ГРУША		80	0,32	0,24	8,24	37,60
ГРУША	88,89	80	0,32	0,24	8,24	37,60
			26,93	15,71	43,45	437,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,38	48,79	156,14	1 319,00

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 СЫРОМ	30		4,04	3,90	9,48	89,93
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,58	11,44	2,65	3,37	0,00	41,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,39	0,53	9,48	48,29
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		5,47	5,03	26,74	174,59
ПШЕНО	30	29,7	3,32	0,78	20,28	101,40
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	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,92	2,40	10,48	75,96
КАКАО-ПОРОШОК	2,24	2,24	0,52	0,33	0,22	6,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,3	97,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0,00	0,00	6,30	25,16
			12,43	11,33	46,70	340,48
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30		0,25	1,72	2,34	26,33
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ЯБЛОКИ	15	13,2	0,05	0,05	1,25	6,01
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,29	4,71	5,35	83,53
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,35	0,07	2,84	13,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
ГОВЯДИНА Б/К	19	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		3,86	4,06	24,66	150,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36	36	3,84	0,46	24,62	118,03

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ		50	9,13	7,53	5,13	125,11
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	80	44,8	8,13	6,99	0,00	95,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,2	9,2	0,67	0,26	4,59	23,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7	0,33	0,28	0,54	6,13
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150	0,75	0,00	16,50	64,50
Сок абрикосовый для детей раннего возраста	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
			19,62	18,22	62,49	491,15
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		50	1,38	3,54	4,29	54,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,22	0,19	0,37	4,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,3	5,3	0,39	0,15	2,64	13,47
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,14	0,02	0,88	4,21
РЫБА САЙДА ФИЛЕ	38,12	34	0,00	0,00	0,00	0,00
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,32	3,74	15,67	105,84
КАРТОФЕЛЬ	117,38	93,9	1,82	0,37	14,85	70,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,9	16,9	0,48	0,41	0,79	8,86
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,59	0,24	14,24	72,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
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
ВАФЛИ		20	0,56	0,66	15,46	70,80
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,56	0,66	15,46	70,80
БАНАН		70	1,06	0,35	14,78	67,58
БАНАН	100	70	1,05	0,35	14,70	67,20
			6,89	8,68	70,81	402,26
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,44	41,36	185,64	1 304,53

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 ДЖЕМОМ	35		1,49	3,34	18,84	110,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,39	0,53	9,48	48,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
ДЖЕМ	13,2	13,2	0,08	0,01	9,33	36,37
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,37	4,36	22,00	144,63
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,7	75,7	2,13	1,83	3,52	39,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	22,3	22,3	2,23	0,21	15,27	71,17
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
ЧАЙ С МОЛОКОМ	170		2,45	1,99	10,88	71,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,7	89,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82	82	2,31	1,99	3,82	42,95
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
			8,31	9,69	51,72	326,41
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,55	2,95	3,24	41,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,24	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,36	5,04	10,05	105,47
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120		1,74	1,58	7,78	57,52

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МОРКОВЬ	58,93	44,2	0,55	0,04	2,96	15,01
РЕПА	24,6	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
СУФЛЕ КУРИНОЕ		55	8,67	10,19	1,80	133,61
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	67,86	38	6,90	5,94	0,00	81,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,17	0,02	1,15	5,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,1	2,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,00	0,00	16,50	64,50
Сок персиковый для детей раннего влзраста	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		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			18,52	20,67	60,70	509,03
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,24	0,03	0,75	4,20
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,24	0,03	0,75	4,20
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)		40	6,30	7,10	6,00	113,50
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,2	7,2	0,52	0,20	3,59	18,29
ГОВЯДИНА Б/К	32,89	29,6	5,34	4,60	0,00	62,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,6	9,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,32	3,92	15,60	107,40
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55
КАРТОФЕЛЬ	103,5	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
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
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,19	0,00	5,25	21,76
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145	145	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,88	2,45	18,60	104,25
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,88	2,45	18,60	104,25
ГРУША		70	0,26	0,18	7,22	33,09
ГРУША	77,8	70	0,28	0,21	7,21	32,90
			12,51	13,86	61,90	424,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,84	47,35	179,96	1 331,07

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 ДЖЕМОМ		30	1,56	0,59	17,57	80,80
ДЖЕМ	10	10	0,06	0,01	7,29	28,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,36	5,16	19,88	143,91
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,22
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	20	19,8	2,21	0,52	13,52	67,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		165	2,54	2,00	11,18	73,44
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,22	0,00	1,14	5,46
САХАР ПЕСОК	6,4	6,4	0,00	0,00	6,20	24,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,5	82,5	2,32	2,00	3,84	43,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,46	7,75	48,63	298,15
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,65	6,23	4,86	78,21
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,18	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,3	6,3	0,00	6,10	0,00	54,94
КАРТОФЕЛЬ	37	29,6	0,57	0,12	4,68	22,11
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	3,24	3,78	6,72	76,36
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	7,38	4,8	0,15	0,01	0,30	1,86
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	19,29	10,8	1,96	1,69	0,00	23,05
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00

РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ		60	9,75	10,89	6,73	163,78
ГОВЯДИНА Б/К	44,4	40	7,22	6,21	0,00	84,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,8	6,8	0,49	0,19	3,40	17,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,3	10,3	0,29	0,25	0,48	5,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,8	20,5	0,28	0,04	1,63	8,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,75	0,67	0,04	9,20
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,3	1,7	0,06	0,01	0,13	0,81
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,45	0,41	0,03	5,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,7	1,7	0,21	0,00	1,02	4,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,77	4,04	11,14	87,88
СВЕКЛА	159,87	119,9	1,75	0,12	10,23	48,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0,02	3,92	0,04	35,55
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0,00	0,00	0,87	3,48
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,42	0,13	17,27	73,78
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18,8	18,8	0,42	0,13	10,49	46,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	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
			17,17	25,27	55,23	521,01
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		30	0,24	0,06	0,54	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,24	0,03	0,51	3,90
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	1,37	2,40	4,55	45,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,66	0,25	4,49	22,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,64	0,70	0,63	0,04	8,58
РЫБА САЙДА	62,5	45	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,58	4,79	16,99	121,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	114,88	91,9	1,78	0,36	14,53	68,64
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,45	0,39	0,74	8,27
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,00	0,00	16,50	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА	150	150	0,75	0,15	17,25	69,00
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
БАНАН СВЕЖИЙ		70	1,05	0,35	14,70	67,20
БАНАН	100	70	1,05	0,35	14,70	67,20
			6,54	7,80	61,77	343,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,67	43,95	171,27	1 233,01

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						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1,20	2,00	2,39	32,32
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,4	0,01	0,00	0,03	0,19
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	58,4	38	1,14	0,08	2,40	14,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		110	11,35	14,71	2,03	185,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0,00	4,46	0,00	40,11
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31,4	31,4	0,88	0,77	1,46	16,45
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,11 шт.	84,93	10,47	9,48	0,57	129,34
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		175	2,65	2,17	10,74	73,68
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0,00	0,00	6,30	25,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,4	92,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,4	89,4	2,51	2,17	4,16	46,83
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
БАТОН		25	1,80	0,70	12,34	62,88
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,80	0,70	12,34	62,88
			17,00	19,58	27,50	354,78
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,32	0,04	1,00	5,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,3	39,9	0,32	0,04	1,00	5,59
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/15/5	5,56	6,24	4,93	101,95
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,52	0,03	0,87	6,69
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,35	0,07	2,84	13,44
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	0,6	0,6	0,03	0,00	0,11	0,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	26,67	24	4,33	3,72	0,00	50,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	12,99
СУФЛЕ КУРИНОЕ		55	8,67	10,19	1,80	133,61

БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	67,86	38	6,90	5,94	0,00	81,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,17	0,02	1,15	5,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,1	2,1	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	2,73	3,21	11,88	87,90
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,1	26,4	0,47	0,03	1,20	7,17
КАРТОФЕЛЬ	31,13	24,9	0,49	0,10	3,94	18,59
МОРКОВЬ	35,2	26,4	0,33	0,03	1,77	8,96
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0,02	2,48	0,02	22,49
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,5	8,5	0,01	0,00	6,45	25,81
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
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		25	1,69	0,65	11,57	58,95
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,5	22,5	1,69	0,65	11,57	58,95
			20,39	20,60	55,99	495,82
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		110	9,79	9,30	7,72	154,31
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	89,4	71,5	1,25	0,07	3,26	19,42
ГОВЯДИНА Б/К	49,5	44,6	8,05	6,93	0,00	94,31
КРУПА РИСОВАЯ	5,1	5	0,34	0,05	3,59	16,15
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,15	0,02	0,87	4,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,07	3,01	18,15	120,37
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,39	0,00	3,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,72	0,01	6,53
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	12,9	12,9	2,25	1,13	0,38	21,15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2,05	0,24	13,22	63,18
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,9	5,9	0,16	0,15	0,27	3,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,25	0,06	13,03	54,02
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	11,3	11,3	0,25	0,06	7,22	30,80
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
МАНДАРИН		70	0,56	0,14	5,25	26,60
МАНДАРИН	94,59	70	0,56	0,14	5,25	26,60

	16,65	12,66	50,52	385,83
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	57,54	55,97	139,65	1 307,07

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 МАСЛОМ	30		1,92	4,74	13,00	102,36
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	26	26	1,89	0,73	12,96	66,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		4,92	6,07	19,94	154,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,2	51,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22,4	22,4	2,68	1,35	13,42	76,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,1	79,1	2,22	1,92	3,69	41,43
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	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,73	2,17	11,58	77,37
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0,00	0,00	6,30	25,16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,1	2,1	0,21	0,00	1,10	5,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,52	2,17	4,18	46,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,57	12,98	44,52	334,25
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		3,29	2,82	8,09	71,17
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	21,86	12,24	2,22	1,91	0,00	26,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0,00	0,72	0,01	6,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ВЕРМИШЕЛЬ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130		2,96	4,26	14,77	109,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	27,1	17,6	0,53	0,04	1,11	6,83
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,4	26,7	0,47	0,03	1,21	7,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,8	9,8	0,27	0,24	0,46	5,13
МОРКОВЬ	47,73	35,8	0,46	0,04	2,40	12,15

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
КАРТОФЕЛЬ	65	52	1,01	0,20	8,23	38,84
БРЮКВА	22,8	17,6	0,20	0,02	1,32	6,31
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		50	1,38	3,54	4,29	54,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,22	0,19	0,37	4,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,6	7,6	0,21	0,18	0,35	3,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,14	0,02	0,88	4,21
РЫБА САЙДА	47,22	34	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,3	5,3	0,39	0,15	2,64	13,47
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150	0,00	0,00	11,00	64,50
Сок абрикосовый для детей раннего возраста	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,59	0,21	10,17	48,95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,59	0,21	10,17	48,95
			9,22	10,83	48,32	349,22

Полдник

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ		50/30	5,34	5,30	1,85	77,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5,4	4,3	0,06	0,00	0,14	0,83
МОРКОВЬ	3,87	2,9	0,04	0,00	0,19	0,99
КАРТОФЕЛЬ	7,5	6	0,12	0,02	0,95	4,48
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	62,5	30	4,95	2,47	0,00	42,20
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	4,3	4,3	0,08	0,00	0,13	0,96
СВЕКЛА	5,73	4,3	0,06	0,00	0,37	1,76
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9	0,00	2,81	0,00	25,29
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	4,3	4,3	0,03	0,00	0,07	0,54
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,85	1,79	28,06	147,56
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,14	0,02	6,23	25,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРАГА	15	15	0,14	0,02	1,39	6,55
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
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
			12,71	7,64	59,40	358,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	34,58	157,88	1 112,99

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						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,39	3,98	12,46	103,93
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,58	11,44	2,57	3,27	0,00	40,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,82	0,71	12,46	63,54
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,46	6,00	22,09	160,03
КРУПА МАННАЯ	22,9	22,9	2,29	0,22	15,68	73,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,7	76,7	2,15	1,86	3,57	40,18
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	4,9	4,9	0,02	3,92	0,04	35,55
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,75	2,23	13,33	84,94
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,60	12,21	47,88	348,90
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
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
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,38	5,47	6,88	97,36
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0,00	0,00	0,68	2,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,20	11,99
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
ГОВЯДИНА Б/К	19	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50		9,37	0,35	0,30	41,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2	0,03	0,00	0,16	0,80
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	62,35	60	9,31	0,35	0,00	40,16

МОРКОВЬ	2,67	2	0,03	0,00	0,14	0,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС ПОЛЬСКИЙ		15	0,81	9,07	0,14	85,53
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,75	0,67	0,04	9,20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,5	10,5	0,05	8,40	0,08	76,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
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
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,72	4,29	18,47	123,61
КАРТОФЕЛЬ	138,5	110,8	2,15	0,43	17,52	82,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,8	0,55	0,49	0,92	10,37
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,00	0,00	0,00	64,50
Сок персиковый для детей раннего влзраста	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,25	10,56	50,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
			19,18	19,46	37,10	467,72
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	21,29	10,88	26,41	301,24
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.)	0,08 шт.	3,22	0,40	0,36	0,02	4,91
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
ГРУША		70	0,30	0,20	7,20	32,90
ГРУША	77,78	70	0,28	0,21	7,21	32,90
			26,91	15,67	42,41	433,14
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,19	50,47	133,03	1 320,40

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						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,84	3,91	12,49	92,56
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,82	0,71	12,46	63,54
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,92	4,65	22,48	151,88
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24	23,76	2,65	0,30	15,65	75,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0,00	0,00	3,09	12,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,92	2,40	10,96	77,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25	0,52	0,33	0,22	6,31
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
			9,68	10,96	45,93	322,36
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125		3,50	3,13	5,64	70,64
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ИНД. УПАК	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			3,50	3,13	5,64	70,64
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,42	1,97	2,43	29,05
СВЕКЛА	38	28,5	0,42	0,03	2,43	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10		3,71	4,82	10,25	104,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	20,57	11,52	2,09	1,79	0,00	24,58
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,28	1,60	0,38	21,98
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,03	3	0,27	0,03	1,95	9,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,07	0,01	0,15	1,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130		11,26	12,01	21,32	238,40

ГОВЯДИНА Б/К	52,22	47	8,48	7,29	0,00	99,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,5	0,13	0,02	0,76	3,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0,00	1,07	0,00	9,59
КАРТОФЕЛЬ	151,5	121,2	2,35	0,47	19,17	90,52
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,3	2,3	0,29	0,00	1,37	6,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0,00	1,07	0,00	9,59
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,75	0,15	17,25	69,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА	150	150	0,75	0,15	17,25	69,00
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
			17,48	19,15	59,74	481,93

Полдник

МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		110	5,68	7,04	21,34	171,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,8	17,8	0,50	0,44	0,82	9,32
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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	29,8	29,8	3,18	0,38	20,38	97,70
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
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,20	0,00	5,30	21,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145	145	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6,13	3,80	21,61	145,27
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,7	0,7	0,08	0,01	0,48	2,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,64	0,01	5,80
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	15,9	15,7	2,75	1,37	0,46	25,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1	0,00	0,10	0,00	0,87
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0,00	0,00	1,36	5,42
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ		70	0,63	0,14	5,67	30,10
АПЕЛЬСИН	104,48	70	0,63	0,14	5,67	30,10
			13,62	11,13	60,30	399,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,28	44,37	171,61	1 274,18