

Утверждаю

заведующий
Пыргаева К.М.

МЕНЮ

Сад 12 часов

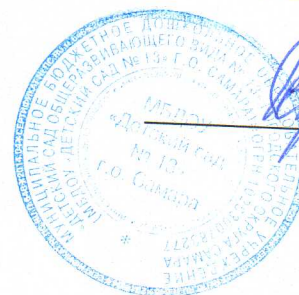
ДЕНЬ 1

Осень-зима

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	205		5,3	7,7	24,7	185,9
КРУПА МАННАЯ	25	25	2,5	0,3	17,2	79,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,4	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180		2,5	2,8	11,0	80,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	34		2,8	7,4	17,5	148,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,5	8,5	0	7	0,1	63,6
БАТОН ПРОСТОЙ	35,5	35,5	2,8	0,4	17,4	84,5
			10,6	17,9	53,2	414,0
II Завтрак						
КЕФИР	200		6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			6,0	0,2	8,0	62,0
Обед						
РАССОЛЬНИК	200		2,2	11,7	14,0	175,7
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0,2	7,6	35,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10	10	0	9,7	0	87,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	50		0,4	1,9	1,2	24,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,75	15	0,3	0	0,7	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150		16,0	19,6	26,8	346,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	101,39	73	13,3	11,4	0	155,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,1	0	0,7	3,2

МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД		180	0,3	0,1	19,4	81,1
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	27,8	27	0,3	0,1	1,9	11,5
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,7	155,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			23,2	33,8	89,2	759,5
Уплотненный Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		180	12,4	15,8	4,7	211,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,0 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		180	0,7		11,3	48,7
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	13,9	13,9	0,7	0	6,9	31,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			19,6	21,3	78,1	586,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,4	73,2	228,5	1 822,0

Утверждаю

заведующий
Пыргаева К.М.

МЕНЮ

Сад 12 часов

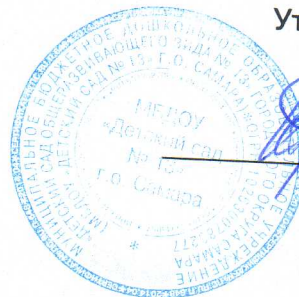
ДЕНЬ 2

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	205		6,4	10,5	24,1	216,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,6	3,7	14,9	108,3
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,4	14,8	144,0
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
			12,5	22,6	53,8	468,9
II Завтрак						
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
			5,6	5,0	9,0	113,0
Обед						
СВЕКОЛЬНИК	200		2,1	5,7	11,9	112,3
СВЕКЛА	41,29	32	0,5	0	2,7	13,0
КАРТОФЕЛЬ	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60		0,8	3,0	4,9	50,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18	18	0,1	0	0,3	2,2
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	15,48	12	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100		3,8	0,5	24,0	114,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ	70		13,2	16,8	2,9	216,4

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	100	72	12,7	12,8	0	166,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,1	0	0,6	2,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
МОРКОВЬ	8,4	6,3	0,1	0	0,4	2,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			24,2	26,5	79,3	657,0
Уплотненный Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150		21,2	14,6	13,1	272,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	110	110	19,2	9,6	3,2	180,3
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,20 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50		0,9	2,6	6,7	53,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,8	1,2	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,25	2,25	0	1,8	0	16,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25	0,2	0	1,6	7,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ПРЯНИКИ	50		3,0	2,4	37,5	183,0
КЕКС	50	50	3	2,4	37,5	183,0
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,2		5,4	22,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20		1,0	0,1	6,5	30,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,3	13,3	1	0,1	6,5	30,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,7	20,1	79,0	608,6
			69,0	74,2	221,1	1 847,5

Утверждаю
заведующий
Пыргаева К.М.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	205		5,8	9,9	23,6	207,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,6	6,6	0	5,2	0,1	47,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,1	3,1	13,0	92,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,0	8,5	11,9	131,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	24	24	1,9	0,2	11,8	57,1
			10,9	21,5	48,5	431,7
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	200		6,0	2,0	8,4	80,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	200	5,8	5	8,4	108,0
			6,0	2,0	8,4	80,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200		2,1	8,0	15,1	146,0
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0,2	7,6	35,9
КРУПА РИСОВАЯ	8,08	8	0,6	0,1	5,7	25,8
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60		2,2	6,1	4,7	82,2
КАРТОФЕЛЬ	20	15	0,3	0,1	2,3	11,3
МОРКОВЬ	16,8	13,2	0,2	0	0,9	4,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,6	10,2	0,1	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,2	0,1	0	0,8	4,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10,2	6,6	0,2	0	0,4	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140		3,6	7,0	11,5	124,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200,5	160,5	2,8	0,2	7,3	43,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
МОРКОВЬ	10,8	8,1	0,1	0	0,6	2,7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8,4	8,4	0,4	0	1,6	8,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,4	0,2	24,6	104,1
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	42,3	36	0,3	0,1	3,7	18,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			12,6	21,8	83,7	589,3
Уплотненный Полдник						
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		200	4,7	11,6	19,8	202,5
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		60	11,1	18,8	34,1	349,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48	48	5	0,6	32,6	155,5
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,8	1,1	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,08 шт.	43,5	5,3	4,9	0,3	66,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,4	8,4	0	6,7	0,1	60,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/10/7	0,2		10,0	41,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,9	30,9	83,4	686,8
			47,4	76,2	224,0	1 787,8

Утверждаю

заведующий
Пыргаева К.М.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

ДЕПЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200		6,2	8,7	27,4	212,6
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30,3	30	3,4	0,4	19,8	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180		2,5	2,8	11,0	80,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,6	14,8	146,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			11,2	20,1	53,2	438,8
II Завтрак						
КЕФИР	200		6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			6,0	0,2	8,0	62,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	200		2,2	6,3	13,4	118,0
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0,2	7,6	35,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8,08	8	1	0,3	4,5	23,9
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60		0,4	4,9	1,4	52,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	43	43	0,3	0	0,7	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130		13,3	8,9	27,8	244,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	60	59,7	13,3	1	27,8	173,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0

КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		80	12,8	14,0	7,4	207,0
ГОВЯДИНА Б/К	65,56	59	10,7	9,1	0	124,7
БАТОН ПРОСТОЙ	14	14	1,1	0,1	6,7	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	6,84	0,9	0,8	0	10,4
КИСЕЛЬ		180			21,6	86,1
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			33,0	34,6	99,4	840,0
Уплотненный Полдник						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		200	2,9	5,9	33,9	199,5
ПШЕНО	48	48	5,3	1,3	32,8	163,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,7	162,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,3	0,1	48,6
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		70	11,3	6,4	2,0	112,2
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	64,5	57,2	8,8	0,5	0	40,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,43 шт.	17,4	2,1	1,9	0,1	26,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	0,2	0,3	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		180			7,0	27,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21,4	17,8	109,4	686,9
			71,6	72,7	270,0	2 027,7

Утверждаю

заведующий
Пыргаева К.М.

МЕНЮ

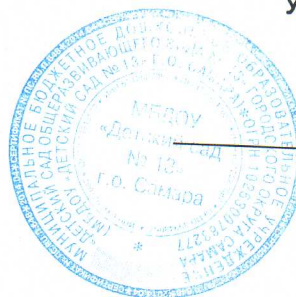
Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	200		8,4	10,8	47,4	321,8
ПШЕНО	24	23,8	2,6	0,6	16,3	81,3
КРУПА РИСОВАЯ	21,3	21,1	1,5	0,2	15,1	68,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150,7	150,7	4,3	4,7	6,9	87,7
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3	0	0	9	36,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,3	0,1	48,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,6	14,8	146,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,6	3,7	12,0	96,7
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30		6,9	8,9		109,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	32	30	7	8,9	0	109,2
			21,4	32,0	74,2	673,7
II Завтрак						
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
			5,6	5,0	9,0	113,0
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200		1,7	4,0	9,3	81,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,7	0,1	5,7	26,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	60		1,0	2,3	4,8	45,1
СВЕКЛА	38,72	30	0,5	0	2,5	12,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	23,07	15	0,5	0	1	5,8
ЯБЛОКИ	12,27	10,8	0	0	1,1	4,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170		19,6	18,6	17,3	316,1

ГОВЯДИНА Б/К	107,78	97	17,5	15	0	205,2
КАРТОФЕЛЬ	170	102	1,9	0,4	16,1	76,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180		0,7		11,3	48,7
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	13,9	13,9	0,7	0	6,9	31,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			27,3	25,4	70,5	623,3
Уплотненный Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		6,1	8,6	21,5	189,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПРЯНИКИ	50		3,0	2,4	37,5	183,0
КЕКС	50	50	3	2,4	37,5	183,0
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
КИСЕЛЬ	180				25,4	101,5
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			11,7	11,6	108,8	589,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,0	74,0	262,5	1 999,5

Утверждаю
заведующий
Пыргаева К.М.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ	205		4,8	9,8	28,9	223,7
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	13,9	92,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154	154	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		2,9	8,7	17,3	158,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
			10,4	21,3	60,1	473,9
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	200		6,0	2,0	8,4	80,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	200	5,8	5	8,4	108,0
			6,0	2,0	8,4	80,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250/15		6,4	4,5	18,6	141,0
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	1	0,2	8	37,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,5	0,3	9,3	58,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	22,51	20,26	3,7	3,1	0	42,9
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,7	0,1	6,8	31,2
МОРКОВЬ	74,33	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		5,7	9,6	25,4	209,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	46,2	45,7	5,6	1,5	25,3	136,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,8	103,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90		13,8	12,7	3,4	187,6

ГОВЯДИНА Б/К	80,8	72,8	13,1	11,3	0	153,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,4	9,4	0,2	1,4	0,3	18,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,8	2,8	0,3	0	1,9	9,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,1	28,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ЯГОД		150	0,2	0,1	16,2	67,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	23,2	22,5	0,2	0,1	1,6	9,6
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			31,1	27,5	98,2	768,9
Уплотненный Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)		200	2,2	8,4	13,0	135,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
КАРТОФЕЛЬ	91,4	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	9,5	7,13	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,5	62,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ПРЯНИКИ		50	3,0	2,4	37,5	183,0
КЕКС	50	50	3	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,2		16,1	64,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,1	145,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			8,0	11,4	91,0	499,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,5	62,2	257,7	1 822,4

Утверждаю

заведующий
Пыргеева К.М.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ	205		5,7	7,5	23,4	184,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180		2,6	2,8	13,9	91,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,6	14,8	146,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			10,8	18,9	52,1	422,7
II Завтрак						
КЕФИР	200		6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			6,0	0,2	8,0	62,0
Обед						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200		2,6	4,0	9,9	85,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,4	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	26,7	20	0,4	0,1	3,2	14,9
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,8
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50		0,8	3,0	4,1	46,4
КАРТОФЕЛЬ	17,9	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
СВЕКЛА	12,9	10	0,2	0	0,9	4,1
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10	10	0,1	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,9	7,5	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
РИС ОТВАРНОЙ	120		2,9	4,8	30,7	177,6
КРУПА РИСОВАЯ	43,27	42,84	2,9	0,4	30,7	138,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30		13,2	8,7	1,9	155,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	89	74	12,8	2,6	0	91,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8	0,2	1,2	0,3	15,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180				
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	8,7	34,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			23,8	21,0	83,1	631,8
Уплотненный Полдник						
"ЛАКОМКА "		200	38,6	32,0	24,9	546,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	173,3	173,3	30,3	15,1	5	284,1
КРУПА МАННАЯ	15,1	15,1	1,6	0,2	10,4	48,2
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3	0	0	9	36,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,33 шт.	53,7	6,6	6	0,4	81,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	13,3	13,3	0,1	10,7	0,1	96,5
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
КИСЕЛЬ		200			24,8	98,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	22	22	0	0	17	67,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,7	34,6	89,0	844,7
			83,3	74,7	232,2	1 961,2

Утверждаю

заведующий
Пыргаева К.М.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200		6,1	8,8	27,8	214,8
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,6	3,7	12,0	96,7
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,6	14,8	146,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			12,2	21,1	54,6	457,7
II Завтрак						
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
			5,6	5,0	9,0	113,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		2,3	4,7	16,2	116,8
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	26,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	60		0,8	2,9	7,7	60,9
СВЕКЛА	58,1	45	0,7	0	3,9	18,3
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6	6	0,1	0	3,8	16,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА С РИСОМ	180		21,3	22,6	12,7	340,1
ГОВЯДИНА Б/К	80	72	13	11,2	0	152,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,0 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3

МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА		180	0,2	0,1	13,4	55,1
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6,4	27,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			28,9	30,8	77,8	705,1
Уплотненный Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		130	4,6	8,6	28,8	210,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4,5	0,5	28,7	137,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,3	50,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		70	1,3	6,2	5,4	83,3
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	73,68	70	1,3	6,2	5,4	83,3
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ДЕСТА		60	4,8	2,7	28,9	159,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,4	38,4	4	0,5	26	124,5
САХАР ПЕСОК	2,1	2,1	0	0	2	8,1
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,5	15,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		180	0,7		11,3	48,7
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	13,9	13,9	0,7	0	6,9	31,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,0	18,1	98,8	617,2
			60,7	75,0	240,2	1 893,0



ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	205		5,8	9,9	23,6	207,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,6	6,6	0	5,2	0,1	47,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	12,0	84,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,6	14,8	146,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			11,0	21,3	50,4	437,6
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	200		6,0	2,0	8,4	80,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	200	5,8	5	8,4	108,0
			6,0	2,0	8,4	80,0
Обед						
СУП "ПОЛЕВОЙ"	200		3,3	7,4	13,6	133,5
КАРТОФЕЛЬ	61	42,7	0,9	0,2	6,8	31,9
ПШЕНО	8,08	8	0,9	0,2	5,4	27,4
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,47	1,3	1,2	0,1	15,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,6	3,0	3,7	47,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	73,1	47,5	1,5	0,1	3	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАКАРОННИК С МЯСОМ	180		28,6	29,5	41,0	545,2
ГОВЯДИНА Б/К	90	81	14,6	12,6	0	171,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,6	50,6	5,4	0,7	34,6	165,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,3	9,5	0,1	0	0,8	3,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,14 шт.	45,89	5,6	5,1	0,3	69,8
МОРКОВЬ	11,3	8,4	0,1	0	0,6	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,8	3,1	4,7	59,0
КИСЕЛЬ		180			23,5	93,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		30	1,6	0,1	11,0	51,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	22,5	22,5	1,6	0,1	11	51,7
			37,1	40,3	105,5	933,3
Уплотненный Полдник						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		50	2,1	3,4	12,6	90,3
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	19,2	19,2	2,1	0,2	12,6	61,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34	34	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		60	8,2	5,2	6,2	104,3
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	7	0,4	0	31,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,8	0,3	5,5	27,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/10/7	0,2		10,0	41,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,0	9,2	58,7	378,0
			68,1	72,8	223,0	1 828,9

Утверждаю

заведующий
Пыргаева К.М.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	200		5,3	8,3	22,1	185,0
КУКУРУЗА	25	25	2,5	1,2	14,6	78,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180		2,5	2,8	11,0	80,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,5	8,6	14,8	146,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30		6,9	8,9		109,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	32	30	7	8,9	0	109,2
			17,2	28,6	47,9	520,2
II Завтрак						
КЕФИР	200		6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			6,0	0,2	8,0	62,0
Обед						
БОРЩ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200		2,4	4,6	12,0	101,8
СВЕКЛА	51,61	40	0,6	0	3,4	16,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
КАРТОФЕЛЬ	35,71	25	0,5	0,1	4	18,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	40		0,5	4,0	3,0	50,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	45,24	38	0,5	0,1	3	15,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160		3,3	5,8	22,7	156,7
КАРТОФЕЛЬ	195,4	136,8	2,6	0,5	21,6	102,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,8	1,1	14,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6	0	4,5	0	40,6
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80		12,7	13,9	7,4	206,4
ГОВЯДИНА Б/К	65,56	59	10,7	9,1	0	124,7
БАТОН ПРОСТОЙ	14	14	1,1	0,1	6,7	32,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,44	0,8	0,7	0	9,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			23,2	28,8	79,7	674,2
Уплотненный Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		6,5	13,2	20,4	224,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,4	0,7	11	59,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,4	6,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ПРЯНИКИ	50		3,0	2,4	37,5	183,0
КЕКС	50	50	3	2,4	37,5	183,0
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	180		0,2	0,1	13,4	55,1
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6,4	27,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			12,3	16,3	95,7	578,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,7	73,9	231,3	1 835,3