

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200		5,9	8,0	26,7	202,7
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7	3	0,3	20,4	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,1	98,1	2,7	2,4	4,6	51,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			10,4	16,2	61,7	435,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50		1,0	4,5	3,9	59,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	52,6	50	1	4,5	3,9	59,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10		5,5	8,0	9,8	138,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СВЕКЛА	38	30,4	0,5	0	2,6	12,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	19	15,2	0,3	0	0,7	4,2
КАРТОФЕЛЬ	20,27	15,2	0,3	0,1	2,4	11,3
МОРКОВЬ	9,5	7,6	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		7,8	11,9	4,5	155,8

ГОВЯДИНА Б/К	42,22	38	6,9	5,9	0	80,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8	0,6	0,2	4	20,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	0,3	0,5	5,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		4,8	4,2	27,1	165,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	144,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200		0,2	0,2	27,0	111,1
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			22,9	29,2	95,9	742,0
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70		5,6	5,9	40,0	234,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45,9	45,9	4,9	0,6	31,1	148,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
САХАР ПЕСОК	8,1	8,1	0	0	7,9	31,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1	0,1	0,1	0	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВАНИЛИН	0,04	0,04	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21	21	0	0	0	0,0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			6,6	6,1	59,6	318,2
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200		19,3	31,8	3,6	378,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,64 шт.	146,3	18	16,3	1	222,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	54,5	54,5	1,6	1,4	2,5	28,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,1	9,1	0	8,8	0	79,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,1	9,1	0	7,3	0,1	66,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50		1,4	0,1	3,0	18,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	73	47,5	1,5	0,1	3	18,4
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			23,0	32,1	29,4	498,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,3	84,0	256,4	2 041,3

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	200		20,5	19,2	18,9	337,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104,6	104,6	18,2	9,1	3	171,5
ЯБЛОКИ	42	36,9	0,1	0,1	3,5	16,8
САХАР ПЕСОК	12,3	12,3	0	0	11,9	47,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,37 шт.	14,9	1,8	1,6	0,1	22,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,2	9,2	0	7,4	0,1	66,7
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,2	0,9	0,2	12,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			25,0	27,4	53,9	570,6
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		6,4	9,1	16,5	177,9
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	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70		15,4	6,9	5,4	161,3
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	79,8	74,2	12,9	2,6	0	91,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,5	0,1	2,8	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36,4	36,4	1,1	0,9	1,6	19,1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7	0,9	0,8	0	10,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,7	4,7	17,6	122,1
КАРТОФЕЛЬ	147,87	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,9	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60		1,6	3,1	1,6	40,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60,6	48,6	0,4	0	0,8	6,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9	0,1	0	0,7	3,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				23,2	92,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			29,7	24,2	87,9	706,3
Полдник						
ВАФЛИ	27		0,8	0,9	20,9	95,6
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	27	27	0,8	0,9	20,9	95,6
СНЕЖОК	180					
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	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
			1,2	1,3	30,7	142,6
Ужин						
РАГУ ОВОЩНОЕ	200		2,6	6,8	15,4	133,9
КАРТОФЕЛЬ	85,33	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	40	32	0,4	0	2,1	10,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,7	16	0,2	0	1,3	6,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,7	40	0,7	0	1,8	10,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50		0,7	0,1	4,1	19,4
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,3	55,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			5,6	7,1	42,3	255,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,0	60,1	224,6	1 716,6

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ	190		7,0	5,1	28,5	189,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,3	61,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			11,5	13,3	63,5	421,9
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		5,7	6,8	7,9	116,1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2
КАРТОФЕЛЬ	32	24	0,5	0,1	3,8	17,9
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	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	200		8,8	17,3	23,1	283,7
ГОВЯДИНА Б/К	35,3	31,8	5,7	4,9	0	67,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	15,3	15,1	1,1	0,2	10,9	48,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	44,7	37,5	0,5	0,1	3	14,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	6	0,1	54,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12,5	12,5	1,4	0,2	8,4	40,5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	6	0,1	54,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,2	0	0,7	3,5
САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	50		0,6	2,5	4,1	41,3
КАРТОФЕЛЬ	26,67	20	0,4	0,1	3,2	14,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	5	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				23,2	92,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			18,7	27,0	81,9	645,9
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ПОВИДЛОМ	70		5,4	9,8	54,6	327,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44,9	44,9	4,7	0,6	30,5	145,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
САХАР ПЕСОК	7,7	7,7	0	0	7,5	29,8
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0	0	2,1	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,4	10,4	0,1	8,3	0,1	75,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	12,8	51,5
СНЕЖОК	180					
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	0	0	0	0,0
			5,4	9,8	54,6	327,7
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,7	4,7	17,6	122,1
КАРТОФЕЛЬ	147,87	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,9	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70		12,6	11,1	7,3	179,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	43,8	43,8	1,3	1,1	2	23,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,6	7,6	0	6,1	0,1	55,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,6	7,6	0,8	0,1	5,1	24,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	121,4	60,7	9,4	0,5	0	42,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,4	1,2	1,1	0,1	14,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,4	0,1	0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,4	0,1	0,9	6,5
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,1	55,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			18,0	16,1	48,6	410,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,1	66,3	258,4	1 847,4

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	190		4,9	5,0	15,3	126,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57	57	0	0	0	0,0
ПШЕНО	11,5	11,4	1,3	0,3	7,8	38,9
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		1,5	1,3	22,4	107,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,8	0	4,2	19,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
			8,0	12,0	47,9	332,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50		0,6	2,5	1,7	31,6
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	24,2	16,9	0,5	0	1,1	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
МОРКОВЬ	11,75	9,4	0,1	0	0,6	3,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200		8,6	10,0	15,2	185,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	54,13	40,6	0,8	0,2	6,4	30,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,6	0,3	7,6	46,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,1	4,1	0	3,3	0	29,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200		15,0	16,9	20,7	296,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	178,9	143,2	2,5	0,1	6,5	38,9
ГОВЯДИНА Б/К	63,2	56,8	10,3	8,8	0	120,1

КРУПА РИСОВАЯ	17,9	17,7	1,2	0,2	12,7	57,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,8	16,6	0,2	0	1,4	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	6,7	0,9	0,8	0	10,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			28,8	30,0	80,8	708,7
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	34		2,5	3,2	24,5	137,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	34	34	2,5	3,2	24,5	137,5
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			8,0	8,0	42,7	278,8
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		2,7	2,1	17,3	98,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25,3	25,3	2,7	0,3	17,3	82,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70		9,9	6,8	0,6	115,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	60	55,8	9,7	2	0	68,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	50		0,7	0,1	3,5	17,7
МОРКОВЬ	65	52	0,7	0,1	3,5	17,7
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,9	54,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			15,6	9,2	44,2	333,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,8	59,6	225,4	1 700,9

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	190		6,6	5,1	27,8	184,4
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,1	60,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			11,1	13,3	62,8	417,3
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60		0,6	3,0	4,9	49,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,8	30	0,5	0	1,4	8,1
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СУП НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ И СО СМЕТАНОЙ	190/10		6,1	8,4	13,6	153,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	69,33	52	1	0,2	8,2	38,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	7,68	7,6	1	0,3	4,2	22,7
МОРКОВЬ	9,5	7,6	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133	133	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70		8,3	4,8	1,4	82,0

РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	97	48,5	7,5	0,4	0	33,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,4	16,3	0,2	0	1,3	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,115 шт.	4,63	0,6	0,5	0	7,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,7	17,6	122,1
КАРТОФЕЛЬ	147,87	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,9	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
КИСЕЛЬ		180			25,4	101,5
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ	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 РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			21,3	21,3	86,5	620,6
Полдник						
ПРЯНИКИ		36	2,1	1,7	27,0	131,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	36	36	2,1	1,7	27	131,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			7,6	6,5	45,2	273,1
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ		200	18,3	15,7	44,4	398,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	83,1	83,1	14,6	7,3	2,4	136,2
КРУПА МАННАЯ	9,2	9,2	0,9	0,1	6,3	29,4
САХАР ПЕСОК	21,5	21,5	0	0	20,9	83,2
МОРКОВЬ	34,63	27,7	0,4	0	1,8	9,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2	0,8	0,7	0	9,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27,7	27,7	0,8	0,7	1,3	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,2	6,2	0	6	0	54,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,2	6,2	0,8	0	3,7	17,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,2	0,9	0,2	12,4
ЯБЛОКИ	12,1	10,5	0	0	1	4,8
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9	0	0	5,7	22,8
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,4	1,4	0	0	1,1	4,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		192/8			7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,7	54,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СОУС СМЕТАННЫЙ №354		50	0,7	1,9	3,4	38,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,4	0	2,5	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			20,5	17,7	65,5	515,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,0	58,9	269,8	1 868,3

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,7	8,0	38,3	249,0
КРУПА РИСОВАЯ	42,6	42,6	2,9	0,4	30,6	137,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	2,3	4,5	50,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		1,5	1,3	22,4	107,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,8	0	4,2	19,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
			8,8	15,0	70,9	454,9
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50		0,7	4,0	3,8	53,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	56,6	47,5	0,7	0,1	3,8	18,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10		5,5	8,0	9,8	138,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СВЕКЛА	38	30,4	0,5	0	2,6	12,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	19	15,2	0,3	0	0,7	4,2
КАРТОФЕЛЬ	20,27	15,2	0,3	0,1	2,4	11,3
МОРКОВЬ	9,5	7,6	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		9,7	11,9	18,4	219,5
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85,7
КАРТОФЕЛЬ	142,27	106,7	2	0,4	16,9	79,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,3	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,3	5,3	0	5,1	0	46,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				23,2	92,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			19,5	24,3	78,8	616,4
Полдник						
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70		7,6	6,8	43,2	264,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,8	5,8	0,2	0,1	0,3	3,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,3	0,3	0,3	0	3,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,9	0,2	0,2	0	2,9
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			13,1	11,6	61,4	405,7
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200		19,3	31,8	3,6	378,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,64 шт.	146,3	18	16,3	1	222,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	54,5	54,5	1,6	1,4	2,5	28,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,1	9,1	0	8,8	0	79,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,1	9,1	0	7,3	0,1	66,1
САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	60		0,7	3,0	4,9	49,5
КАРТОФЕЛЬ	32	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	11,25	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,3	55,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			22,3	35,0	31,3	529,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,2	86,0	252,2	2 048,3

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУФЛЕ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ	190		20,2	17,3	11,3	286,5
ЯБЛОКИ	35	30,8	0,1	0,1	2,9	14,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,47 шт.	18,9	2,3	2,1	0,1	28,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,6	7,6	0	6,1	0,1	55,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			24,7	25,5	46,3	519,4
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10		6,2	8,2	14,3	161,1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	76	57	1,1	0,2	9	42,6
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,8	3,8	0,4	0	2,4	11,6
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,9	11,4	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,4	144,4	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70		11,4	4,2	3,2	108,9
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	67	62,31	10,9	2,2	0	76,7
МОРКОВЬ	14,63	11,7	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,3	23,3	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,8	4,2	27,1	165,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	144,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ		60	0,8	0,1	4,9	23,2
СВЕКЛА	71,25	57	0,9	0,1	4,9	23,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,2	0,2	27,0	111,1
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			27,0	17,3	100,1	681,6
Полдник						
ПРЯНИКИ		36	2,1	1,7	27,0	131,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	36	36	2,1	1,7	27	131,8
СНЕЖОК		180				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	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
			2,5	2,1	36,8	178,8
Ужин						
ПЛОВ ПЕРЛОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ		200	9,6	8,9	21,5	204,7
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	76,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	30	29,7	2,7	0,3	19,3	90,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МОРКОВЬ	13,38	10,7	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,4	0,1	0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,4	0,1	0,9	6,5
ЧАЙ С САХАРОМ		192/8			7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,1	55,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			12,3	9,2	45,2	313,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,0	54,2	238,2	1 734,8

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		5,8	5,4	22,7	163,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64	64	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		1,5	1,3	22,4	107,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,8	0	4,2	19,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
			8,9	12,4	55,3	369,3
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60		1,3	4,0	3,5	55,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	60	39	1,2	0,1	2,4	15,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10		6,0	8,2	14,0	153,8
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СВЕКЛА	56,25	45	0,7	0	3,9	18,3
КАРТОФЕЛЬ	69,33	52	1	0,2	8,2	38,8
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,6	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		7,5	7,8	5,0	119,3
ГОВЯДИНА Б/К	30	27	4,9	4,2	0	57,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,3	9,3	0,7	0,3	4,7	23,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,8	12,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,35 шт.	14,1	1,7	1,6	0,1	21,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,1	0,2	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
РИС ОТВАРНОЙ	130		2,7	2,0	28,4	142,4
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				23,2	92,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			21,1	22,4	97,7	675,3
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ПОВИДЛОМ	70		5,4	9,8	54,6	327,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44,9	44,9	4,7	0,6	30,5	145,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
САХАР ПЕСОК	7,7	7,7	0	0	7,5	29,8
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0	0	2,1	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,4	10,4	0,1	8,3	0,1	75,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	12,8	51,5
СНЕЖОК	180					
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	0	0	0	0,0
			5,4	9,8	54,6	327,7
Ужин						
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	200		8,7	2,6	11,6	104,4
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	97	48,5	7,5	0,4	0	33,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КРУПА РИСОВАЯ	13	12,87	0,9	0,1	9,2	41,6
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20		0,4	0,8	1,6	16,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,9	54,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0

	11,4	3,6	36,0	223,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	47,3	48,3	253,4	1 637,3

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		5,9	5,3	23,5	165,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,1	2,6	12,5	86,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2	0,3	0,2	0,1	3,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
			10,6	13,6	46,2	351,3
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		9,5	9,9	19,9	213,8
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
КАРТОФЕЛЬ	69,33	52	1	0,2	8,2	38,8
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ФАСОЛЬ	15	15	3,1	0,3	6,9	43,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	4,1	3,4	54,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	36,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	200		9,7	9,8	28,5	241,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	71,4
КАРТОФЕЛЬ	225,33	169	3,3	0,7	26,7	126,2
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ	200				19,3	77,3
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			23,8	24,2	94,7	699,0
Полдник						
ВАФЛИ	27		0,8	0,9	20,9	95,6
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	27	27	0,8	0,9	20,9	95,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,1	4,4	8,4	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			6,3	5,7	39,1	236,9
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200		20,3	13,4	9,7	244,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
МОРКОВЬ	32,81	26,25	0,3	0	1,7	8,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,3	54,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50		0,7	1,9	3,4	38,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,4	0	2,5	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
			21,0	15,3	20,8	314,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,2	58,9	210,6	1 643,2

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200		7,0	5,5	29,3	195,6
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. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27		1,6	5,7	10,2	98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,6	0,1	50,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20,3	20,3	1,5	0,1	10,2	48,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		1,5	1,3	22,4	107,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,8	0	4,2	19,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
			10,1	12,5	61,9	401,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200		6,8	8,5	18,2	176,7
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	35	19,6	3,6	3,1	0	41,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,1	38,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	69,33	52	1	0,2	8,2	38,8
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70		10,9	7,5	2,5	121,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	100	50	7,8	0,5	0	34,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,7	4,7	17,6	122,1
КАРТОФЕЛЬ	147,87	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,9	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60		1,1	4,0	3,4	53,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬКИЙ КОНСЕРВЫ	40	26	0,8	0,1	1,6	10,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			28,1	25,5	97,6	730,5
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	34		2,5	3,2	24,5	137,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	34	34	2,5	3,2	24,5	137,5
СНЕЖОК	180					
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	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
			2,9	3,6	34,3	184,5
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200		9,2	7,5	10,4	147,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	71,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170	136	2,3	0,1	6,2	37,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МОРКОВЬ	14,06	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,3	0	1,8	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	192/8				7,7	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,5	54,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,9	139,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50		0,7	0,1	4,1	19,4
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
			12,2	7,8	37,3	268,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,7	49,8	240,9	1 632,0