

**МУНИЦИПАЛЬНА
БЮДЖЕТНА
ЗАГАЛЬНООСВІТНЯ
УСТАНОВА «СЕРЕДНЯ
ШКОЛА №16
ІМЕНІ ГЕРОЯ
РАДЯНСЬКОГО СОЮЗУ
СТЕПАНА ІВАНОВА
МІСТА ЄВПАТОРІЇ
РЕСПУБЛІКИ КРИМ»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ
ШКОЛА №16
ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА
СТЕПАНА ИВАНОВА
ГОРОДА ЕВПАТОРИИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»**

**МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ
УМУМТАСИЛЬ
МУЭССЕСИ «КЪЫРЫМ
ДЖУМХУРИЕТИ
ЕВПАТОРИЯ ШЕЭРНИНЪ
СОВЕТЛЕР БИРЛИГИНИНЪ
КЪАРАМАНЫ СТЕПАН
ИВАНОВ АДЫНДАКИ
16 НОМЕРАЛЫ ОРТА
МЕКТЕБИ»**

ИНН 9110087000

КПП 911001001

ОГРН 1149102177267

ОКПО 00810549

297403, Республика Крым, г. Евпатория, ул. им.60-летия ВЛКСМ, д.30 тел.8 (36569) 4-04-54,

e-mail: school_evpatoryi16@crimeaedu.ru



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ
ЗИМНЕ –ВЕСЕННЕЕ МЕНЮ
ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ «ЛУЧИК»
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №16 ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ
КРЫМ»**

2023 г.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 30%						
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200		5,44	6,17	17,16	146,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,20	0,12	8,22	38,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/5/7		3,58	6,95	12,57	127,63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	7,7	7	1,62	2,07	0,00	25,48
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,36	1,82	14,47	84,20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,25	0,00	1,30	6,21
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,38	14,94	44,20	358,21
II Завтрак 5%						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	63,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	63,00
			0,50	0,10	10,10	63,00
Обед 39%						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30		0,46	1,48	2,74	26,36
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,42	0,02	1,08	6,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МОРКОВЬ	4	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150		3,44	3,23	11,32	88,31
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,68	0,18	5,60	34,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20		2,59	0,21	17,03	80,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	35	35	2,59	0,21	17,03	80,40
КОТЛЕТЫ, РУБЛЕННЫЕ	40		6,01	5,27	4,70	90,14
ГОВЯДИНА Б/К	30,6	29,4	5,31	4,56	0,00	62,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	7,4	7,4	0,54	0,05	3,60	16,99

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,4	9,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,64	0,01	5,80
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		100	1,97	2,03	15,33	87,59
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,75	0,35	14,23	67,22
МОРКОВЬ	6,67	5	0,07	0,01	0,34	1,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	0,8	0,8	0,03	0,00	0,09	0,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ		150	0,00	0,00	9,68	38,70
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,13	12,44	71,40	462,49
Полдник 23%						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150/10/5	0,05	0,01	12,26	50,03
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,8	43,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,2	112,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0,00	0,00	12,11	48,38
ЛИМОН	8,33	5	0,05	0,01	0,15	1,65
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		35	0,98	1,16	27,06	223,90
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	35	35	0,98	1,16	27,06	223,90
ЗЕФИР	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ ГАЛЕТНОЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			1,03	1,17	39,32	273,93
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			29,04	28,65	165,02	1 157,63

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 26%						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ	200		5,39	5,72	15,29	185,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	12	12	1,44	0,72	7,20	40,97
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5		1,96	4,88	12,57	102,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/10/5		0,05	0,01	12,26	50,03
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,8	43,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,2	112,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0,00	0,00	12,11	48,38
ЛИМОН	8,33	5	0,05	0,01	0,15	1,65
			7,40	10,61	40,12	337,18
II Завтрак 5%						
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100		1,79	0,76	25,85	65,87
БАНАН	100	60	0,87	0,29	12,22	65,87
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
АПЕЛЬСИН	100	67	0,58	0,13	5,27	27,95
			1,79	0,76	25,85	65,87
Обед 41%						
ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	30		0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	54,55	30	0,24	0,03	0,51	3,90
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/10		1,37	4,03	6,82	73,71
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,2	4,8	0,15	0,01	0,30	1,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30		13,40	9,60	5,90	163,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	89	74	12,85	2,66	0,00	91,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,4	2,4	0,25	0,03	1,63	7,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8	0,19	1,13	0,26	15,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ		100	2,46	2,76	25,86	138,05
КРУПА РИСОВАЯ	36	36	2,44	0,35	25,84	116,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,16	0,10	9,15	39,00
ЯБЛОКИ	34,1	11,3	0,05	0,05	1,08	5,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	11,3	11,3	0,11	0,05	0,80	4,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,14	16,90	71,01	526,08
Полдник 21%						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,22	3,64	6,98	78,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
БУЛОЧКА СДОБНАЯ		35	2,63	1,02	17,99	191,70
БУЛОЧКА СДОБНАЯ	35	35	2,63	1,02	17,99	191,70
			6,85	4,66	24,97	270,27
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,18	32,93	161,95	1 257,47

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 27%						
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	200		4,76	5,12	16,70	132,79
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	12	12	0,81	0,12	8,61	38,76
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/7		3,58	6,95	12,57	127,63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	7,7	7	1,62	2,07	0,00	25,48
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,98	2,47	12,46	84,92
КАКАО-ПОРОШОК	1,7	1,7	0,40	0,25	0,16	4,76
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,58	2,22	4,27	48,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,32	14,54	41,73	345,34
II Завтрак 5%						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	63,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	63,00
			0,50	0,10	10,10	63,00
Обед 38%						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30		0,61	1,82	2,88	30,42
КАРТОФЕЛЬ	12,5	7,5	0,15	0,03	1,18	5,61
СВЕКЛА	8	6	0,09	0,01	0,51	2,44
МОРКОВЬ	6	4,5	0,06	0,00	0,30	1,53
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	11	6	0,05	0,01	0,10	0,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,5	0,06	0,01	0,36	1,79
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10,3	6,7	0,20	0,01	0,43	2,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		1,67	1,73	12,10	70,80
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	40		11,31	2,65	6,82	99,12
ФИЛЕ КУРИНОЕ	34,4	33,4	10,04	1,16	0,00	53,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	7,4	7,4	0,54	0,05	3,60	16,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,6	10,6	0,30	0,26	0,49	5,55

МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ		100	1,58	5,11	10,37	144,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,2	32,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
МОРКОВЬ	2,53	1,9	0,02	0,00	0,13	0,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,60
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,8	4,8	0,16	0,00	0,55	3,07
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,3	10,3	0,14	0,02	0,81	4,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	12,1	9,7	0,16	0,01	0,45	2,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8	0,00	3,69	0,00	33,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	15,06	73,45
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,23	11,89	70,38	478,36
Полдник 23%						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150/10/5	0,05	0,01	12,26	50,03
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,8	43,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,2	112,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0,00	0,00	12,11	48,38
ЛИМОН	8,33	5	0,05	0,01	0,15	1,65
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		35	2,63	3,43	26,04	245,95
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕФИР	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ ГАЛЕТНОЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,63	3,43	26,04	245,95
			2,68	3,44	38,30	295,98
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,73	29,97	160,51	1 252,68

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 24%						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ С ДЖЕМОМ)	130/10		16,25	15,53	36,39	153,92
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46,7	46,7	1,31	1,13	2,17	24,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,1	5,1	0,03	4,08	0,04	37,01
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,1	5,1	0,53	0,07	3,45	16,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0,00	0,00	0,87	3,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,22	6,11	2,04	114,75
КРУПА МАННАЯ	7,5	7,5	0,75	0,08	5,14	23,94
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,5	0,55	0,50	0,03	6,86
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	9,3	9,3	0,20	0,05	5,94	25,35
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,7	3,7	0,48	0,00	2,21	10,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,7	3,7	0,10	0,54	0,13	7,39
ДЖЕМ	10	10	0,06	0,01	7,07	27,55
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5		1,96	4,88	12,57	102,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/10/5		0,05	0,01	12,26	50,03
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,8	43,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,2	112,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0,00	0,00	12,11	48,38
ЛИМОН	8,33	5	0,05	0,01	0,15	1,65
			18,26	20,42	61,22	306,10
II Завтрак 4%						
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100		1,79	0,76	25,85	60,95
БАНАН	100	60	0,87	0,29	12,22	55,87
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	60,95
АПЕЛЬСИН	100	67	0,58	0,13	5,27	27,95
			1,79	0,76	25,85	60,95
Обед 41%						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОВОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,14	2,02	2,40	32,18
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,14	0,08	2,40	14,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/10		1,35	4,49	5,70	73,63

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,35	0,07	2,84	13,44
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,5	1,5	0,05	0,00	0,17	0,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	11,21	10,75	2,26	150,59
ГОВЯДИНА Б/К	62,3	59,7	10,77	9,26	0,00	126,25
МОРКОВЬ	12,27	9,2	0,12	0,01	0,61	3,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,5	4,6	0,06	0,01	0,37	1,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,3	18,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,8	2,8	0,10	0,00	0,32	1,79
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	2,40	3,07	25,13	137,33
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	46	46	5,63	1,47	25,48	137,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,7	76,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		150	0,16	0,06	20,75	85,09
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	15	15	0,15	0,06	1,07	6,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,8	6,8	0,01	0,00	5,16	20,64
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,77	20,77	79,01	507,24
Полдник 18%						
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ		120	3,48	3,00	5,04	64,80
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5%	120	120	3,48	3,00	5,04	64,80
БУЛОЧКА		35	2,64	1,01	20,93	158,95
БУБЛИК КРЫМСКИЙ	35	35	2,64	1,01	20,93	158,95
			6,12	4,01	25,97	223,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,94	45,96	192,05	1 228,04

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 29%						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/5		4,68	4,56	29,79	178,90
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	43,5	43,5	4,65	0,55	29,75	142,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,3	52,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,96	4,88	12,57	102,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,98	2,47	12,46	84,92
КАКАО-ПОРОШОК	1,7	1,7	0,40	0,25	0,16	4,76
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,58	2,22	4,27	48,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,62	11,91	54,82	335,97
II Завтрак 5%						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	63,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	63,00
			0,50	0,10	10,10	63,00
Обед 37%						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,42	1,78	2,43	27,30
СВЕКЛА	38	28,5	0,42	0,03	2,43	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/10		1,58	4,60	10,20	93,28
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	16,4	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	40		6,20	1,92	3,44	55,83
РЫБА МИНТАЙ Б /Г ПОТРАШЕННЫЙ	68	34	5,25	0,30	0,00	23,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	3,4	3,4	0,10	0,09	0,16	1,78
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,17	0,16	0,01	2,13
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,59	0,00	2,75	13,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,11	4,07	14,25	102,20
КАРТОФЕЛЬ	142,5	85,5	1,66	0,33	13,52	63,86
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,17	11,07	48,14
ЯБЛОКИ	37	32,56	0,13	0,13	3,09	14,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	10	0,10	0,04	0,71	4,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,05	12,92	64,16	435,17
Полдник 22%						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150/10/5	0,25	0,08	12,55	51,19
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,7	44,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,4	12,4	0,00	0,00	12,01	48,00
ЛИМОН	6,6	5,8	0,05	0,01	0,16	1,91
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		35	2,63	3,43	26,04	205,95
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕФИР	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ ГАЛЕТНОЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	35	35	2,63	3,43	26,04	205,95
			2,88	3,51	38,59	257,14
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,05	28,44	167,67	1 161,28

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 27%						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200		5,41	5,39	14,73	129,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	12	12	1,46	0,39	6,64	35,85
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/7		3,39	6,84	11,71	122,47
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	23,3	23,3	1,79	0,70	11,67	60,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	7,7	7	1,57	2,01	0,00	24,72
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		2,17	1,82	11,65	72,14
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,97	14,05	38,09	324,49
II Завтрак 4%						
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100		1,21	0,63	20,58	55,87
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
БАНАН	100	60	0,87	0,29	12,22	55,87
			1,21	0,63	20,58	55,87
Обед 36%						
ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	30		0,32	0,00	0,70	4,07
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	60	30	0,32	0,00	0,70	4,07
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	150/10		2,00	5,08	9,01	96,35
СВЕКЛА	40	30	0,44	0,03	2,56	12,22
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,3	2	0,03	0,00	0,16	0,80
КАРТОФЕЛЬ	31,33	18,8	0,37	0,08	2,97	14,05
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,07	0,00	0,23	1,28
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,10	0,55	0,13	7,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	40		6,01	6,39	3,11	93,87

ГОВЯДИНА Б/К	32	30,6	5,52	4,75	0,00	64,71
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	6	6	0,45	0,04	2,92	13,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,2	0,03	0,00	0,17	0,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ		50	0,88	1,87	3,51	40,17
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,32	1,82	0,43	24,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3,7	3,7	0,39	0,05	2,51	11,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5	0,17	0,00	0,57	3,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		100	3,60	3,09	20,53	124,83
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	33,8	33,8	3,61	0,43	23,12	110,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,17	13,48	57,81
ЯБЛОКИ	37	32,56	0,13	0,13	3,09	14,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	10	0,10	0,04	0,71	4,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,55	16,98	73,11	425,52
Полдник 19%						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,22	3,64	6,98	78,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		35	2,59	3,29	25,59	142,45
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕФИР	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ ГАЛЕТНОЕ	35	35	2,59	3,29	25,59	142,45
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,81	6,93	32,57	221,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,54	38,59	164,35	1 167,02

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 28%						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		5,29	5,32	16,29	135,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	12	12	1,34	0,32	8,20	40,97
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5		1,96	4,88	12,57	102,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,36	1,82	12,82	77,63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,25	0,00	1,30	6,21
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,61	12,02	41,68	314,78
II Завтрак 6%						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	63,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	63,00
			0,50	0,10	10,10	63,00
Обед 40%						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30		0,53	1,49	2,76	26,77
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,42	0,02	1,08	6,44
ЗЕЛЕНЬ - ПЕТРУШКА, УКРОП	4,1	3	0,11	0,01	0,22	1,43
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	150		1,77	1,84	11,33	69,06
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	6	6	0,74	0,19	3,33	17,93
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130		12,33	12,00	18,64	232,00
ГОВЯДИНА Б/К	57,41	55	9,92	8,54	0,00	116,30
КАРТОФЕЛЬ	183,33	110	2,13	0,43	17,39	82,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,6	0,11	0,02	0,60	3,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0,00	3,01	0,00	27,03
МОРКОВЬ	6,13	4,6	0,06	0,00	0,31	1,56

ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3	3	0,11	0,00	0,34	1,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,17	0,17	11,45	49,09
ЯБЛОКИ	50	44	0,17	0,17	4,18	20,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,31	15,88	66,95	435,34
Полдник 20%						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,75	0,15	14,85	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
ПЛЮШКА		35	2,64	1,01	20,93	158,95
ПЛЮШКА	35	35	2,64	1,01	20,93	158,95
			3,39	1,16	35,78	223,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,81	29,16	154,51	1086,57

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 27%						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		5,43	5,16	16,85	136,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	13,3	13,3	1,48	0,16	8,76	42,45
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/7		3,53	6,89	12,57	126,87
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	7,7	7	1,57	2,01	0,00	24,72
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/10/7		0,04	0,00	9,81	40,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,8	42,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,2	112,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	7	4,2	0,04	0,00	0,13	1,39
			9,00	12,05	39,23	353,44
II Завтрак 4%						
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100		1,21	0,63	20,58	55,87
БАНАН	100	60	0,87	0,29	12,22	55,87
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
			1,21	0,63	20,58	55,87
Обед 41%						
ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	30		0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	54,55	30	0,24	0,03	0,51	3,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		5,41	5,17	10,71	111,12
ГОВЯДИНА Б/К	22,3	21,4	3,86	3,32	0,00	45,25
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,9	0,03	0,00	0,16	0,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,15	0,14	0,01	1,82
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,5	1,5	0,05	0,00	0,17	0,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130		12,40	16,09	34,05	330,66
КУРЫ ПОТРОШ.	82	50	8,83	8,92	0,00	115,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,9	6,9	0,00	6,68	0,00	60,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,9	0,10	0,01	0,55	2,75

МОРКОВЬ	9,2	6,9	0,09	0,01	0,47	2,35
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,7	1,7	0,06	0,00	0,19	1,09
КРУПА РИСОВАЯ	45	45	3,06	0,44	32,30	145,35
ЗЕЛЕНЬ - ПЕТРУШКА,УКРОП	10	7,4	0,26	0,03	0,54	3,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		150	0,16	0,06	20,75	85,09
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	15	15	0,15	0,06	1,07	6,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,8	6,8	0,01	0,00	5,16	20,64
			21,78	21,73	89,17	540,97
Полдник 20%						
РЯЖЕНКА		120	3,58	1,19	4,99	47,62
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,48	3,00	5,04	64,80
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		35	0,28	0,04	27,93	214,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕФИР	35	35	0,28	0,04	27,93	214,10
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ ГАЛЕТНОЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,86	1,23	32,92	261,72
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,85	35,64	181,90	1 302,12

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 27%						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С ДЖЕМОМ	130/10		15,95	13,03	29,75	203,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2,7	2,7	0,28	0,04	1,83	8,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,10	6,55	2,18	122,95
КРУПА РИСОВАЯ	14	14	0,95	0,14	10,05	45,22
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6	0,74	0,67	0,04	9,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,08	0,44	0,11	5,99
ДЖЕМ	10	10	0,06	0,01	7,07	27,55
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5		1,96	4,88	12,57	102,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,98	2,47	12,46	84,92
КАКАО-ПОРОШОК	1,7	1,7	0,40	0,25	0,16	4,76
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,58	2,22	4,27	48,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,89	20,38	54,78	360,16
II Завтрак 4%						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	63,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	63,00
			0,50	0,10	10,10	63,00
Обед 39%						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30		0,64	1,83	2,95	30,92
КАРТОФЕЛЬ	12,5	7,5	0,15	0,03	1,18	5,61
СВЕКЛА	8	6	0,09	0,01	0,51	2,44
МОРКОВЬ	6	4,5	0,06	0,00	0,30	1,53
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	10,9	6	0,05	0,01	0,10	0,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,4	4,5	0,06	0,01	0,36	1,79
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	9	5,9	0,17	0,01	0,37	2,29
ЗЕЛЕНЬ - ПЕТРУШКА, УКРОП	2,3	1,7	0,06	0,01	0,13	0,81
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/10		2,45	4,59	9,87	95,76
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78

КАРТОФЕЛЬ	25	15	0,29	0,06	2,38	11,20
ФАСОЛЬ	6	6	1,22	0,12	2,74	17,34
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
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
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0,00	0,00	0,87	3,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	130/10		10,39	12,67	21,33	245,57
ГОВЯДИНА Б/К	42,5	40,8	7,36	6,33	0,00	86,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
КАРТОФЕЛЬ	196,17	117,7	2,28	0,46	18,61	87,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	8,5	0,12	0,02	0,68	3,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,3	2,3	0,29	0,00	1,37	6,66
МОРКОВЬ	5,73	4,3	0,06	0,00	0,29	1,46
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150		0,00	0,00	11,62	46,44
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,99	19,47	68,54	527,11
Полдник 20%						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,22	3,64	6,98	78,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
БУЛОЧКА	35		2,63	1,02	17,99	191,70
БУЛОЧКА СДОБНАЯ	35	35	2,63	1,02	17,99	91,70
ПЛЮШКА	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,85	4,66	24,97	270,27
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,23	44,61	158,39	1 330,54

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 26%						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	12,86	18,50	2,51	128,13
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,37 шт.	95,2	11,73	10,62	0,65	144,98
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	39	39	1,10	0,95	1,81	20,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	1,03	1,54	2,16	26,53
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,85	0,06	1,79	11,06
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ЗЕЛЕНЬ - ПЕТРУШКА,УКРОП	6,76	5	0,18	0,02	0,37	2,38
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25/5	1,96	4,88	12,57	102,15
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	25	25	1,93	0,75	12,53	64,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,36	1,82	12,82	77,63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,25	0,00	1,30	6,21
САХАР ПЕСОК	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,21	26,74	30,06	334,44
II Завтрак 4%						
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,35	0,35	8,62	61,36
ЯБЛОКИ	100	88	0,35	0,35	8,62	61,36
			0,35	0,35	8,62	61,36
Обед 40%						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)		30	0,48	4,53	2,92	54,73
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
МОРКОВЬ	4	3	0,04	0,00	0,21	1,05
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,25	1,23
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	9,3	6	0,18	0,01	0,38	2,33
ЛИМОН	3	1,2	0,01	0,00	0,04	0,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0,00	4,50	0,00	40,46
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,50	5,99
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		150	2,68	3,40	15,16	101,96
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	14	14	1,46	0,17	9,50	45,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,8	0,47	0,43	0,03	5,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,8	21,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		40	7,27	6,38	4,58	104,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4,3	4,3	0,45	0,06	2,92	13,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА МИНТАЙ Б /Г ПОТРАШЕННЫЙ	69,3	34,6	5,34	0,30	0,00	24,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,4	0,67	0,60	0,04	8,23
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,06	3,60	13,52	93,91
КАРТОФЕЛЬ	142,17	85,3	1,66	0,33	13,48	63,71
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	15,3	0,43	0,37	0,71	8,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25	25	1,85	0,16	12,17	57,43
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,17	11,07	48,14
ЯБЛОКИ	37	32,56	0,13	0,13	3,09	14,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	10	0,10	0,04	0,71	4,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,23	18,46	70,02	512,13
Полдник 21%						
КЕФИР		120	3,60	0,12	4,80	37,20
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	124,2	120	3,48	3,00	4,80	63,60
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		35	2,07	1,65	26,25	228,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕФИР	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	35	35	2,07	1,65	26,25	228,10
ПЕЧЕНЬЕ ГАЛЕТНОЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,67	1,77	31,05	265,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,46	47,32	139,75	1 253,23