



# МЕНЮ

## Сад 12 часов

### ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ		180	4,3	5,7	18,8	144,0
КРУПА МАННАЯ	18,2	18,2	1,8	0,2	12,2	56,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,7	110,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	25,6
КАКАО С МОЛОКОМ		190	2,6	2,8	12,1	84,6
КАКАО-ПОРОШОК	0,8	0,8	0,2	0,1	0,1	2,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	87,4	87,4	2,4	2,7	3,9	49,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	104,5	104,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,6	8,6	0	0	8,2	32,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/5	2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>9,3</b>	<b>12,9</b>	<b>45,7</b>	<b>337,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,3		0,8	4,3
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	31	30,68	0,2	0	0,8	4,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ		180	1,1	8,3	8,1	111,2
КАРТОФЕЛЬ	72	43,2	0,9	0,2	6,7	31,6
МОРКОВЬ	13,5	10,1	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	7,6	0,1	0	0,6	2,9
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	13,5	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0	4,5	0	40,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8	0	3,6	0	32,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,8	0,8	0	0	0,1	0,3
СУФЛЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА		140	17,7	20,9	6,3	284,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	146,55	80,6	13,9	14,1	0	182,2
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,2	18,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,125	2,125	0	1,7	0	15,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,3	17,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,125	2,125	0	2	0	18,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,2

КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180/7	0,7		13,2	56,5
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	13,6	13,6	0,7	0	6,6	30,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189,5	189,5	0	0	0	0,0
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
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>23,3</b>	<b>29,6</b>	<b>51,1</b>	<b>565,3</b>
<b>Полдник</b>						
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
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,5	6,1	8,9	114,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	200	200	5,5	6,1	8,9	114,0
			<b>9,3</b>	<b>11,0</b>	<b>46,1</b>	<b>322,5</b>
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		170	6,2	2,6	39,9	208,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	59,5	59,5	6,2	0,8	39,8	191,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ		50	5,6	12,2	0,2	133,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	51	50	5,2	11,4	0,2	124,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200			8,5	34,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,8	48,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
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
			<b>14,1</b>	<b>15,0</b>	<b>63,7</b>	<b>446,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,5</b>	<b>68,6</b>	<b>216,7</b>	<b>1 714,5</b>



Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180		3,6	4,4	19,8	133,6
КРУПА РИСОВАЯ	21,6	20	1,3	0,2	14,1	63,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,9	56,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81,3	81,3	2,3	2,5	3,6	46,4
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0	0	2,1	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	15,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	190		2,5	2,6	13,1	86,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,6	1,6	0,2	0	0,9	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,9	8,9	0	0	8,5	33,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,9	85,9	2,4	2,6	3,8	48,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>8,5</b>	<b>11,4</b>	<b>47,7</b>	<b>329,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	100		2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50		0,8	2,1	5,3	43,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,6
МОРКОВЬ	14,43	10,82	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,125	2,125	0	2	0	18,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180/0/4		3,8	11,4	13,2	172,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16	9,92	1,7	1,5	0	20,5
КАРТОФЕЛЬ	66,5	39,9	0,8	0,2	6,2	29,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,8	7,7	0,7	0,1	4,9	23,1
МОРКОВЬ	9,8	7,3	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	2,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	22,6	10,2	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2	0	4,1	0	37,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171,6	171,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0	4,9	0	44,4
УКРОП	1,1	0,8	0	0	0,1	0,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,2	0	0,7	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	7,8
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		9,4	9,7	3,2	137,5

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	70,3	43,59	7,7	6,7	0	90,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	3,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,4	0	2,4	11,2
<b>ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ</b>		<b>130</b>	<b>14,3</b>	<b>4,1</b>	<b>29,9</b>	<b>213,2</b>
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	65,9	65,3	14,2	1	29,8	185,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>		<b>180</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>16,6</b>	<b>68,6</b>
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,5	13,5	0,3	0,1	8,5	36,0
САХАР ПЕСОК	8,6	8,6	0	0	8,2	32,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,3	132,3	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>47,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>32,1</b>	<b>27,8</b>	<b>90,9</b>	<b>744,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ</b>		<b>200/10</b>	<b>0,1</b>		<b>10,0</b>	<b>41,2</b>
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	7,8	7,8	0,1	0	0,6	3,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,5	37,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
<b>БАТОН С ПОВИДЛОМ</b>		<b>30/15</b>	<b>2,5</b>	<b>0,3</b>	<b>24,1</b>	<b>109,3</b>
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,4	37,8
			<b>2,6</b>	<b>0,3</b>	<b>34,1</b>	<b>150,5</b>
<b>Ужин</b>						
<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>130</b>	<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>32,3</b>	<b>191,8</b>
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	50	50	5,5	0,7	32,3	156,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,9	0	35,5
<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ</b>		<b>150</b>	<b>17,3</b>	<b>9,5</b>	<b>1,7</b>	<b>162,1</b>
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	138	69	10,4	0,6	0	47,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,25 шт.	50,31	6,1	5,5	0,4	75,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,3	17,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>200/10</b>			<b>8,5</b>	<b>34,1</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ЛИМОН	10	0	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ</b>		<b>26/13</b>	<b>5,0</b>	<b>4,0</b>	<b>13,1</b>	<b>108,7</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	26	26	2	0,2	13	61,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3	3,8	0	47,1
			<b>27,8</b>	<b>18,0</b>	<b>55,6</b>	<b>496,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>73,8</b>	<b>60,0</b>	<b>232,8</b>	<b>1 776,8</b>



## МЕНЮ

### Сад 12 часов

### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ</b>	130/20		20,0	14,3	26,4	317,5
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	100	100	17,1	8,6	2,9	160,6
КРУПА МАННАЯ	6,6	6,6	0,7	0,1	4,5	20,6
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2	0	0	2,1	8,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	18,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	15,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,4	0	2,2	10,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,7	1	12,5
ПОВИДЛО	22	22	0,1	0	13,8	55,5
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	200/9		2,7	2,9	12,7	88,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,113	1,113	0,3	0,2	0,1	3,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b>	30/5		2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>25,1</b>	<b>21,6</b>	<b>53,9</b>	<b>514,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
<b>БАНАН</b>	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	100	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА</b>	40		0,6	2,4	3,3	36,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	50,2	42,17	0,6	0,1	3,3	16,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	20,5
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ</b>	180/0/3		3,5	7,0	9,7	117,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16	9,92	1,7	1,5	0	20,5
КАРТОФЕЛЬ	72,3	43,4	0,9	0,2	6,7	31,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,1	28,9	0,5	0	1,3	7,7
МОРКОВЬ	9	7	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	19,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,7	180,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0

УКРОП	0,9	0,9	0	0	0,1	0,4
<b>ПЛОВ С МЯСОМ</b>		160	14,4	13,7	29,6	299,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	104,19	64,6	11,4	9,8	0	133,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	2,9
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,7	0,4	27,8	125,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
<b>КОМПОТ ИЗ ВИШНИ</b>		180	0,1		9,9	40,9
ВИШНЯ	16,2	13,8	0,1	0	1,4	6,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	188,7	188,7	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>22,1</b>	<b>23,5</b>	<b>75,2</b>	<b>603,5</b>
<b>Полдник</b>						
<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>		60	5,3	7,0	32,3	213,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	40	40	4,1	0,5	26,6	126,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,8	19,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,5
ДРОЖЖИ	0,56	0,56	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,8	0	34,2
<b>КИСЕЛЬ</b>		200			19,4	77,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	20,688	20,688	0	0	15,7	62,6
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,8	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			<b>5,3</b>	<b>7,0</b>	<b>51,7</b>	<b>291,3</b>
<b>Ужин</b>						
<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ</b>		220	4,7	5,6	18,8	145,4
ПШЕНО	22	17,6	1,9	0,5	11,8	58,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,1	68,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	102,2	102,2	2,8	3,1	4,6	58,2
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0	0	2,5	9,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,4
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>		200	1,8	1,8	10,5	65,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,6	85,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,8	2,7	34,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		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
			<b>8,8</b>	<b>7,6</b>	<b>44,4</b>	<b>282,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,8</b>	<b>60,2</b>	<b>246,2</b>	<b>1 788,0</b>



Утверждаю

Директор

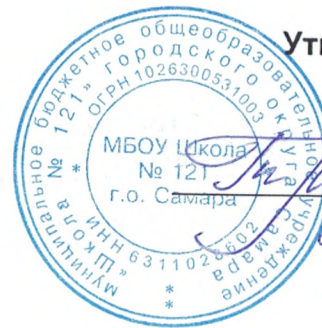
Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ	180		3,9	5,0	16,6	128,0
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18,8	18,6	1,8	0,2	11,6	55,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	78,3	78,3	2,2	2,4	3,5	44,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,4	88,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,0
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,5	6,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180/7		2,6	2,8	11,5	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,2	0	0,8	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,3	81,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90,4	90,4	2,5	2,8	4	51,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5		2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>8,9</b>	<b>12,2</b>	<b>42,9</b>	<b>318,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	100		2,9	2,5	4,0	53,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4	53,0
			<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,0</b>	<b>53,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30		0,3		0,6	4,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	76,9	34,61	0,3	0	0,6	4,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180		1,3	5,7	8,6	91,1
КАРТОФЕЛЬ	72	43,2	0,9	0,2	6,7	31,6
МОРКОВЬ	13,5	10,1	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	7,6	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	13,5	8,8	0,3	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	23,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,9	0,9	0	0	0,1	0,4
БИТОЧКИ	70		10,7	12,2	2,5	162,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	96	52,8	9,1	9,2	0	119,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,4	0	2,4	11,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,2	13,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		3,9	3,1	17,5	112,7

КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	32,5	32,2	3,9	1	17,5	94,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	11,4	48,2
ШИПОВНИК	13,6	13,6	0,2	0,1	2,9	14,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	181	181	0	0	0	0,0
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
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>19,9</b>	<b>21,5</b>	<b>63,3</b>	<b>527,8</b>
<b>Полдник</b>						
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ		200/10	0,1		9,8	40,6
КЛЮКВА	10	10	0,1	0	0,4	2,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,5	37,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		40	2,8	3,7	28,3	158,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40	2,8	3,7	28,3	158,5
			<b>2,9</b>	<b>3,7</b>	<b>38,1</b>	<b>199,1</b>
<b>Ужин</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	3,0	18,1	110,2
КАРТОФЕЛЬ	148	110,9	2,1	0,4	17,2	81,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19,9	19,9	0,6	0,6	0,9	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	17,8
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		110	15,0	7,6	9,1	165,9
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	134	67	10,1	0,6	0	45,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	37,5	37,5	1	1,1	1,7	21,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2	2	0,2	0	1,3	6,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	11	11	0,8	0,1	5,2	24,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,5	0,8	9,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
ЧАЙ С САХАРОМ		200/7			6,6	26,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ		30/15	5,3	4,0	15,1	118,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3	3,8	0	47,1
			<b>23,0</b>	<b>14,6</b>	<b>48,9</b>	<b>420,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,6</b>	<b>54,5</b>	<b>197,2</b>	<b>1 519,2</b>





Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15		20,5	15,1	18,3	295,2
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	100	100	17,1	8,6	2,9	160,6
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,7	21,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	14,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1	1,2	7,9	46,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200/9		3,0	3,2	13,1	93,6
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,2	0,1	0,1	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,7	3	4,5	57,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>25,9</b>	<b>22,7</b>	<b>46,2</b>	<b>497,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50		0,4	2,8	1,4	33,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	85	38,3	0,3	0	0,7	4,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9	0	2,8	0	24,8
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/0/4		3,9	9,5	11,7	150,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16	9,92	1,7	1,5	0	20,5
КАРТОФЕЛЬ	63,2	37,9	0,8	0,2	5,9	27,7
СВЕКЛА	36,1	27,1	0,4	0	2,3	10,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,1	28,9	0,5	0	1,3	7,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	11,4	0,2	0	0,9	4,5
МОРКОВЬ	13,5	10,2	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,7	0	41,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,6	180,6	0	0	0	0,0

УКРОП	0,9	0,7	0	0	0	0,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	7,8
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>130</b>	<b>4,8</b>	<b>3,4</b>	<b>30,5</b>	<b>171,7</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	45,5	45,5	4,7	0,6	30,5	146,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	25,7
<b>ПОДЛИВА ИЗ ГОВЯДИНЫ</b>		<b>80</b>	<b>9,9</b>	<b>11,5</b>	<b>2,4</b>	<b>152,9</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	86,4	53,6	9,5	8,2	0	111,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,1	43,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,5	0	13,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1	5,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>7,6</b>	<b>30,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,6	13,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,8	132,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>47,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>22,5</b>	<b>27,6</b>	<b>76,3</b>	<b>647,4</b>
<b>Полдник</b>						
<b>"ВЕНСКАЯ СДОБА"</b>		<b>60</b>	<b>5,3</b>	<b>6,9</b>	<b>29,4</b>	<b>200,9</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,1	0,5	26,6	126,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
ДРОЖЖИ	0,275	0,275	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,25	4,25	0	3,3	0	30,2
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>190</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,2</b>	<b>81,7</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	190	1	0,2	19,2	81,7
			<b>6,3</b>	<b>7,1</b>	<b>48,6</b>	<b>282,6</b>
<b>Ужин</b>						
<b>КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ</b>		<b>210</b>	<b>4,2</b>	<b>5,5</b>	<b>23,6</b>	<b>160,8</b>
КРУПА РИСОВАЯ	25,2	23,4	1,5	0,2	16,4	74,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,3	66,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	94,9	94,9	2,7	2,9	4,3	54,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,3
<b>НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА</b>		<b>200/10</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>12,7</b>	<b>53,4</b>
ШИПОВНИК	15	15	0,2	0,1	3,2	15,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	202	202	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,5	37,9
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>6,7</b>	<b>5,8</b>	<b>51,4</b>	<b>285,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,8</b>	<b>63,6</b>	<b>232,3</b>	<b>1 759,9</b>



Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	1,2	0,1	2,5	15,4
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	58	40,6	1,2	0,1	2,5	15,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	11,1	13,8	2,8	179,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,7	8,8	0,6	120,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,5	2,3	28,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,0	3,2	12,0	89,6
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,7	3	4,5	57,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,875	7,875	0	0	7,5	29,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/5	2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>17,7</b>	<b>21,5</b>	<b>32,1</b>	<b>393,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		30	0,2		0,5	3,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		180	1,9	7,1	10,1	112,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36	28,8	0,5	0	1,3	7,7
КАРТОФЕЛЬ	72	43,2	0,9	0,2	6,7	31,6
МОРКОВЬ	13,5	10,1	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,8	0,2	0	1	4,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	13,5	8,1	0,3	0	0,5	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,3	5,3	0	4,2	0	37,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	23,9
УКРОП	0,9	0,7	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	5,6	3,3	25,4	154,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	47,3	46,8	5,6	1,4	25,4	136,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	106,4	106,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,1
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА		80	9,3	13,9	4,1	179,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	90	49,5	8,5	8,6	0	111,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,9	53,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	25,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,3
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	3,9
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180/8	0,3	0,1	16,1	66,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6	0,3	0,1	8,5	36,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	159,6	159,6	0	0	0	0,0
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
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>21,5</b>	<b>24,9</b>	<b>83,2</b>	<b>644,6</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ		200	5,5	6,1	8,9	114,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	200	200	5,5	6,1	8,9	114,0
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
			<b>9,3</b>	<b>11,0</b>	<b>46,1</b>	<b>322,5</b>
<b>Ужин</b>						
КАША "ДРУЖБА"		220	5,9	7,0	30,5	209,3
КРУПА РИСОВАЯ	16,5	16,34	1	0,2	11,5	51,7
ПШЕНО	16,5	16,34	1,8	0,4	10,9	54,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,2	13,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3	3,3	4,9	62,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3	0	27,7
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,1	12,5
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	1,8	1,8	10,7	66,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,8	2,7	34,2
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
			<b>10,0</b>	<b>9,0</b>	<b>56,3</b>	<b>347,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,0</b>	<b>66,5</b>	<b>227,8</b>	<b>1 751,1</b>

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		180	5,1	5,5	20,5	152,2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22,5	22,5	2,7	1,3	13,2	75,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,4	0	12,8
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,2	12,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180/6	2,4	2,5	10,5	74,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,7	1,7	0,2	0	0,9	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,5	155,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6	23,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81,3	81,3	2,3	2,5	3,6	46,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/5	2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>9,9</b>	<b>12,4</b>	<b>45,8</b>	<b>335,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		50	1,1	2,5	4,3	43,6
СВЕКЛА	38,8	30	0,5	0	2,5	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	27,1	16,3	0,5	0	1	6,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	3,6	10,4	12,5	158,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16,3	10,1	1,8	1,5	0	20,9
КАРТОФЕЛЬ	72	43,2	0,9	0,2	6,7	31,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6,3	6,3	0,7	0,1	4,2	20,2
МОРКОВЬ	13,5	10,1	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	11,3	0,2	0	0,9	4,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6	0	4,4	0	39,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,2	0	37,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,9	0,7	0	0	0	0,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	9,5	11,1	14,2	194,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	69,07	42,82	7,6	6,6	0	88,6
КАРТОФЕЛЬ	130	78	1,5	0,3	12,1	57,1



Утверждаю

Директор  
Моргунова Т.В.**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	135/0/17		19,5	11,9	20,4	270,4
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	100	100	17,1	8,6	2,9	160,6
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4	18,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
ПОВИДЛО	17	17	0,1	0	10,6	42,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200/7		2,7	2,9	10,8	80,6
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>24,6</b>	<b>19,2</b>	<b>46,0</b>	<b>459,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40		0,6	3,2	4,9	51,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,4	8,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	3	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,163	3,163	0	3,2	0	28,4
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/0/4		3,6	7,9	11,5	133,6
СВЕКЛА	46,1	34,6	0,5	0	2,9	13,8
КАРТОФЕЛЬ	72,2	43,3	0,9	0,2	6,7	31,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16,3	10,1	1,8	1,5	0	20,9
МОРКОВЬ	9	7	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,2	0	0,7	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,4	162,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9	0	2,8	0	24,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0	0	0	0,0

УКРОП	0,9	0,7	0	0	0	0,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	7,8
<b>БИТОЧКИ</b>		<b>70</b>	<b>11,0</b>	<b>11,0</b>	<b>3,4</b>	<b>155,9</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	90	55,8	9,9	8,5	0	115,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	7	7	0,5	0	3,3	15,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,2	13,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,5
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>100</b>	<b>3,7</b>	<b>2,8</b>	<b>23,5</b>	<b>133,7</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,5	112,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,3
<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>6,0</b>	<b>23,9</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,6	13,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6	23,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189,4	189,4	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>47,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>22,4</b>	<b>25,3</b>	<b>72,0</b>	<b>607,2</b>

### Полдник

<b>БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"</b>		<b>70</b>	<b>5,3</b>	<b>7,3</b>	<b>30,4</b>	<b>208,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	40	40	4,1	0,5	26,6	126,9
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,25	3,25	0	2,6	0	23,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,25	3,25	0	3	0	27,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,5
ДРОЖЖИ	0,275	0,275	0	0	0	0,2
<b>КИСЕЛЬ</b>		<b>180</b>			<b>16,2</b>	<b>64,7</b>
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,6	54,4
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			<b>5,3</b>	<b>7,3</b>	<b>46,6</b>	<b>273,0</b>

### Ужин

<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>		<b>220</b>	<b>4,8</b>	<b>6,3</b>	<b>23,6</b>	<b>171,3</b>
КРУПА РИСОВАЯ	22	21,8	1,4	0,2	15,3	69,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,2	75,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	122,1	122,1	3,3	3,7	5,4	69,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,3
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		<b>200/10</b>	<b>0,1</b>		<b>9,8</b>	<b>40,7</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,375	0,375	0,1	0	0,2	0,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,5	37,9
ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>26</b>	<b>2,0</b>	<b>0,2</b>	<b>13,1</b>	<b>61,6</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	26	26	2	0,2	13	61,6
			<b>6,9</b>	<b>6,5</b>	<b>46,5</b>	<b>273,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,6</b>	<b>58,7</b>	<b>220,9</b>	<b>1 660,6</b>



Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		180	4,9	5,4	20,9	152,6
ПШЕНО	22,53	22,3	2,5	0,6	14,9	74,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180/6	2,7	2,7	11,0	80,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,6	2,6	0,3	0	1,3	6,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,2	172,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,7	22,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90,1	90,1	2,5	2,8	4	51,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/5	2,4	4,4	14,8	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>10,0</b>	<b>12,5</b>	<b>46,7</b>	<b>341,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ		60	1,0	3,7	5,9	61,7
СВЕКЛА	55,7	41,8	0,6	0	3,5	16,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	8,6	6,4	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,5	19,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,1	0	0,3	1,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,1	5,4
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ		200/0/4	3,6	7,4	10,0	123,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16	9,92	1,7	1,5	0	20,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,4	8,6
КАРТОФЕЛЬ	70,1	42	0,8	0,2	6,5	30,7
МОРКОВЬ	15	11,3	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	25,1	11,3	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,2	180,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,3	0	38,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0



УКРОП	1	0,8	0	0	0,1	0,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	7,8
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ</b>		<b>80</b>	<b>12,0</b>	<b>13,2</b>	<b>5,9</b>	<b>190,5</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	96,77	60	10,6	9,1	0	124,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,3	6,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,5
КРУПА РИСОВАЯ	5	4,95	0,3	0	3,5	15,7
МОРКОВЬ	6	4,5	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
<b>КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ</b>		<b>200/9</b>	<b>0,1</b>		<b>9,8</b>	<b>41,0</b>
АПЕЛЬСИН	25	16,75	0,2	0	1,3	6,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>47,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,7</b>	<b>61,2</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>20,2</b>	<b>24,7</b>	<b>54,3</b>	<b>525,3</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БАТОН С ПОВИДЛОМ</b>		<b>30/15</b>	<b>2,5</b>	<b>0,3</b>	<b>24,1</b>	<b>109,3</b>
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,4	37,8
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ</b>		<b>200/10</b>	<b>0,1</b>		<b>10,2</b>	<b>42,1</b>
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	10	0,1	0	0,7	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,5	37,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
			<b>2,6</b>	<b>0,3</b>	<b>34,3</b>	<b>151,4</b>
<b>Ужин</b>						
<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>130</b>	<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>32,3</b>	<b>191,8</b>
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	50	50	5,5	0,7	32,3	156,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,9	0	35,5
<b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b>		<b>110</b>	<b>10,7</b>	<b>8,1</b>	<b>4,5</b>	<b>134,5</b>
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	90	45	6,8	0,4	0	30,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,1	56,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,1	1,2	1,8	22,8
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>		<b>180/9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>11,4</b>	<b>48,2</b>
ШИПОВНИК	13,6	13,6	0,2	0,1	2,9	14,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	226,2	226,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ</b>		<b>30/13</b>	<b>5,3</b>	<b>4,0</b>	<b>15,1</b>	<b>118,2</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3	3,8	0	47,1
			<b>21,7</b>	<b>16,7</b>	<b>63,3</b>	<b>492,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,3</b>	<b>56,7</b>	<b>203,1</b>	<b>1 567,7</b>



Утверждаю  
Директор  
Моргунова Т.В.

# МЕНЮ

## Сад 12 часов

### ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/0/15		19,2	16,1	19,1	301,6
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	91,8	91,8	15,6	7,9	2,7	147,3
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,3	15,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,25	3,25	0	3	0	27,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,363	2,363	0	1,8	0	16,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,3	17,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1	1,2	7,9	46,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200/9		2,7	2,9	12,7	88,2
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,4	5,2	14,8	115,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,888	5,888	0	4,9	0	44,0
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>24,3</b>	<b>24,2</b>	<b>46,6</b>	<b>505,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	100	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30		0,2		0,5	4,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	68	30,6	0,2	0	0,5	4,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180		6,7	7,1	16,2	155,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	16	9,92	1,7	1,5	0	20,5
КАРТОФЕЛЬ	63	44,1	0,9	0,2	6,8	32,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	18	18	3,9	0,3	8,3	51,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	9	7	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	24,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,9	0,7	0	0	0	0,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150		10,5	10,2	5,1	155,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	79,6	49,35	8,7	7,5	0	102,2

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	110	88	1,5	0,1	3,9	23,4
МОРКОВЬ	5,2	3,9	0,1	0	0,3	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,4	0	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,1	0	10,6
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,3	0,1	16,1	66,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6	0,3	0,1	8,5	36,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	159,5	159,5	0	0	0	0,0
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
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>21,2</b>	<b>17,8</b>	<b>60,6</b>	<b>490,0</b>
<b>Полдник</b>						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		60	5,3	7,0	32,3	213,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	40	40	4,1	0,5	26,6	126,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,8	19,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,5
ДРОЖЖИ	0,56	0,56	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,8	0	34,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,2	18,2	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			<b>6,2</b>	<b>7,2</b>	<b>50,5</b>	<b>291,0</b>
<b>Ужин</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ		230	5,0	6,5	21,2	163,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	24	23,76	2,3	0,3	14,7	70,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,7	3	4,5	57,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,1	0	28,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
КИСЕЛЬ		200/4			18,9	75,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	20	20	0	0	15,1	60,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,8	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		26	2,0	0,2	13,1	61,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	26	26	2	0,2	13	61,6
			<b>7,0</b>	<b>6,7</b>	<b>53,2</b>	<b>301,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,2</b>	<b>56,4</b>	<b>231,9</b>	<b>1 683,2</b>