



Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ**

если 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	150		3,7	4,4	16,2	119,2
КРУПА МАННАЯ	16,7	16,7	1,6	0,2	11,2	52,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70,8	70,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	2,3	3,3	42,8
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	17,8
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,5	2,7	11,1	79,2
КАКАО-ПОРОШОК	0,7	0,7	0,2	0,1	0,1	1,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2,6	3,8	48,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85	85	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,6	7,6	0	0	7,2	28,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/4		2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>8,3</b>	<b>10,7</b>	<b>40,1</b>	<b>290,2</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	150		0,8	2,4	6,3	50,2
КАРТОФЕЛЬ	58,3	35	0,7	0,1	5,4	25,7
МОРКОВЬ	8,3	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	4,9	0,1	0	0,4	1,9
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	12,5	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
УКРОП	1,7	1,2	0	0	0,1	0,5
СУФЛЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА	110		14,7	16,0	5,7	224,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	118	64,9	11,2	11,3	0	146,8
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,2	18,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3



КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,6		11,4	48,8
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	11,8	11,8	0,6	0	5,7	26,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,7	22,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,1	176,1	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>18,8</b>	<b>46,9</b>	<b>436,8</b>
<b>Полдник</b>						
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	5,5	8,0	102,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	4,9	5,5	8,1	102,6
			<b>6,5</b>	<b>7,5</b>	<b>22,9</b>	<b>186,0</b>
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		137	5,0	1,5	32,2	162,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	48	48	5	0,6	32,1	154,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,2	82,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
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		180/8			7,6	30,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>12,5</b>	<b>13,9</b>	<b>52,6</b>	<b>385,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,7</b>	<b>51,0</b>	<b>172,6</b>	<b>1 341,2</b>





Утверждаю  
Директор  
Моргунова Т.В.

*Моргунова*

## МЕНЮ

ясли 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		150	3,3	3,4	19,2	121,1
КРУПА РИСОВАЯ	20,9	20,9	1,4	0,2	14,7	66,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	67,7	67,7	1,9	2,1	3	38,6
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,4	5,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,1	0	10,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		170/8	2,8	2,6	13,2	87,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4,2	4,2	0,4	0	2,2	10,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,2	85,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,6	7,6	0	0	7,2	28,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,2	85,2	2,4	2,6	3,8	48,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		26/4	2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>8,2</b>	<b>9,6</b>	<b>45,2</b>	<b>300,5</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		40	0,6	1,0	3,8	27,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,4	8,6
МОРКОВЬ	10,19	7,64	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ		150/0/3	3,2	3,5	10,5	87,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15	9,3	1,6	1,4	0	19,3
КАРТОФЕЛЬ	51,6	30,9	0,6	0,1	4,8	22,6
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6,7	6,6	0,6	0,1	4,2	19,8
МОРКОВЬ	5,9	4,4	0,1	0	0,3	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20,1	9,1	0,1	0	0,2	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	159,4	159,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
УКРОП	1,7	1,2	0	0	0,1	0,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	5,9
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		50	9,4	8,5	2,8	125,5



ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	70,48	43,7	7,7	6,7	0	90,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,8	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,4	0	2,4	11,2
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ		110	10,7	1,7	22,3	147,1
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	48,9	48,8	10,6	0,8	22,3	138,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	14,2	58,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	12,5	12,5	0,3	0,1	7,8	33,3
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,4	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,5	122,5	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		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>27,4</b>	<b>15,1</b>	<b>74,2</b>	<b>544,4</b>
<b>Полдник</b>						
БАТОН С ПОВИДЛОМ		20	1,6	0,2	16,1	72,8
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,3	25,3
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ		180/9	0,1		9,1	37,4
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	7,8	7,8	0,1	0	0,6	3,2
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
			<b>1,7</b>	<b>0,2</b>	<b>25,2</b>	<b>110,2</b>
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	4,6	1,3	27,3	139,3
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	42,3	42,3	4,6	0,5	27,3	132,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,1
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		140	15,9	8,4	1,6	146,1
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	135	67,5	10,1	0,6	0	46,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,8	4,4	0,3	60,0
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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/9			8,5	34,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	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	9	0	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ		20/13	4,5	3,9	10,0	94,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3	3,8	0	47,1
			<b>25,0</b>	<b>13,6</b>	<b>47,4</b>	<b>414,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,1</b>	<b>41,0</b>	<b>196,5</b>	<b>1 425,6</b>





Утверждаю

Директор  
Моргунова Т.В.**МЕНЮ**

ясли 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>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	120/20		18,1	12,0	24,0	280,0
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	90	90	15,4	7,7	2,6	144,5
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 ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	12,5	50,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180/8		2,6	2,8	11,7	83,1
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	0,526	0,526	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/4		2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>22,8</b>	<b>18,4</b>	<b>48,5</b>	<b>454,9</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>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	40		0,6	1,0	3,3	24,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	50	42	0,6	0,1	3,2	16,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150/0/3		3,0	3,3	7,5	73,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15	9,3	1,6	1,4	0	19,3
КАРТОФЕЛЬ	50,4	35,3	0,7	0,1	5,5	25,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,2	20,1	0,4	0	0,9	5,3
МОРКОВЬ	5,9	4,6	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,9	167,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0	0,6	0	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0



УКРОП	0,8	0,8	0	0	0,1	0,3
<b>ПЛОВ С МЯСОМ</b>		<b>140</b>	<b>11,5</b>	<b>12,6</b>	<b>22,2</b>	<b>247,4</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	84,68	52,5	9,3	8	0	108,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,8	0,1	0	0,5	2,3
МОРКОВЬ	7	5,5	0,1	0	0,4	1,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,8	2	0,3	21	94,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,3
<b>КОМПОТ ИЗ ВИШНИ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>8,9</b>	<b>36,7</b>
ВИШНЯ	15,1	12,9	0,1	0	1,3	6,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	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>18,7</b>	<b>17,3</b>	<b>64,6</b>	<b>491,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>		<b>50</b>	<b>5,3</b>	<b>5,1</b>	<b>31,3</b>	<b>192,7</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,1	0,5	26,6	126,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,8	15,2
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
ДРОЖОКИ	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	2	2	0	1,9	0	17,1
<b>КИСЕЛЬ</b>		<b>150</b>			<b>13,7</b>	<b>54,9</b>
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	14,4	14,4	0	0	10,9	43,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,9	158,9	0	0	0	0,0
			<b>5,3</b>	<b>5,1</b>	<b>45,0</b>	<b>247,6</b>
<b>Ужин</b>						
<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ</b>		<b>200</b>	<b>4,7</b>	<b>5,2</b>	<b>19,8</b>	<b>146,0</b>
ПШЕНО	20	20	2,2	0,5	13,4	66,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	92,9	92,9	2,6	2,9	4,2	52,9
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,1
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>		<b>180/7</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>	<b>9,1</b>	<b>56,2</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,4	1,5	2,3	28,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
<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>8,2</b>	<b>6,9</b>	<b>42,0</b>	<b>263,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,5</b>	<b>48,2</b>	<b>221,1</b>	<b>1 553,4</b>





Утверждаю

Директор  
Моргунова Т.В.

**МЕНЮ**

ясли 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		150	3,8	4,3	16,3	119,6
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18	17,8	1,7	0,2	11	52,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	2,3	3,3	42,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,8	84,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		170/7	2,7	2,6	12,1	82,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,2	3,2	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,3	83,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,2	85,2	2,4	2,6	3,8	48,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		26/4	2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>8,6</b>	<b>10,5</b>	<b>41,2</b>	<b>294,3</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	0,2		0,5	4,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	68	30,6	0,2	0	0,5	4,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		150	1,1	2,3	6,8	52,0
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,4	25,7
МОРКОВЬ	8,3	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	4,9	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	12,5	8,1	0,3	0	0,5	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
УКРОП	1,7	1,2	0	0	0,1	0,5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	2,9	1,7	13,1	79,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	24,4	24,2	2,8	0,8	13,1	70,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,6
БИТОЧКИ		60	9,2	10,4	2,5	139,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	80	44	7,6	7,7	0	99,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,4	0	2,4	11,2



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,2	1,1	0,1	15,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,2	0,1	10,3	43,4
ШИПОВНИК	12,6	12,6	0,2	0,1	2,7	13,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168,3	168,3	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		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>16,8</b>	<b>14,8</b>	<b>53,8</b>	<b>417,0</b>

### Полдник

КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ		180	0,1		8,9	36,8
КЛЮКВА	10	10	0,1	0	0,4	2,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,4	1,9	14,1	79,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,4	1,9	14,2	79,2
			<b>1,5</b>	<b>1,9</b>	<b>23,0</b>	<b>116,0</b>

### Ужин

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	2,1	15,3	88,9
КАРТОФЕЛЬ	125,2	93,8	1,8	0,4	14,5	68,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,8	16,8	0,5	0,5	0,8	9,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,1	0	10,6
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		100	13,6	6,9	8,3	150,2
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	121,8	60,9	9,2	0,5	0	41,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	34,1	34,1	0,9	1	1,5	19,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,4	0	12,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,2	5,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,8	6,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10	10	0,8	0,1	4,8	22,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	14,5	14,5	0,4	0,5	0,7	8,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,45 шт.	18,11	2,2	2	0,1	27,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,4	0	12,8
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6			5,7	22,7
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	6	6	0	0	5,7	22,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ		20/14	4,5	3,9	10,0	94,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3	3,8	0	47,1
			<b>20,4</b>	<b>12,9</b>	<b>39,3</b>	<b>356,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,2</b>	<b>42,6</b>	<b>161,3</b>	<b>1 236,6</b>





Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ**

ясли 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	120/15		18,7	14,1	17,4	274,6
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	90	90	15,4	7,7	2,6	144,5
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	1,9	1,9	0	1,5	0	13,5
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	200/8		2,2	2,3	10,8	74,1
КАКАО-ПОРОШОК	1,4	1,4	0,3	0,2	0,1	3,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	2,1	3,1	39,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/4		2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>23,0</b>	<b>20,0</b>	<b>41,0</b>	<b>440,5</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	40		0,3	2,0	1,2	24,1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	68	30,6	0,2	0	0,5	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
БОРЦ СО СМЕТАНОЙ	150/0/3		3,5	3,9	10,0	90,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15,1	9,4	1,6	1,4	0	19,5
СВЕКЛА	33,5	25,2	0,4	0	2,1	10,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,5	26,8	0,5	0	1,2	7,1
МОРКОВЬ	6	4,5	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,7	167,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	50,3	35,2	0,7	0,1	5,4	25,7
УКРОП	0,8	0,6	0	0	0	0,2



СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,3
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>110</b>	<b>3,8</b>	<b>2,4</b>	<b>24,6</b>	<b>134,9</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7	3,8	0,5	24,6	117,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
<b>ПОДЛИВА ИЗ ГОВЯДИНЫ</b>		<b>60</b>	<b>6,5</b>	<b>7,7</b>	<b>2,0</b>	<b>103,3</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	56,5	35	6,2	5,3	0	72,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,9	35,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,3	6,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	3,9	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0	0	0,1	0,7
МОРКОВЬ	5	3,75	0	0	0,3	1,2
<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>			<b>6,6</b>	<b>26,5</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12,6	12,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	123,3	123,3	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>17,6</b>	<b>16,4</b>	<b>67,1</b>	<b>488,1</b>

### Полдник

<b>"ВЕНСКАЯ СДОБА"</b>		<b>50</b>	<b>5,3</b>	<b>5,1</b>	<b>29,4</b>	<b>185,1</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	0,55	0,55	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>64,5</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>44,6</b>	<b>249,6</b>

### Ужин

<b>КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ</b>		<b>200</b>	<b>4,3</b>	<b>4,6</b>	<b>25,5</b>	<b>161,2</b>
КРУПА РИСОВАЯ	27,8	27,8	1,8	0,3	19,6	88,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90,3	90,3	2,5	2,8	4	51,5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
<b>НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА</b>		<b>180/9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</b>
ШИПОВНИК	14	14	0,2	0,1	2,9	14,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,8	182,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
<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>6,0</b>	<b>4,8</b>	<b>47,0</b>	<b>257,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,1</b>	<b>46,9</b>	<b>209,5</b>	<b>1 482,4</b>





Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ**

ясли 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		90	7,2	10,2	2,1	129,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,25 шт.	50,31	6,1	5,5	0,4	75,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,1	1,2	1,8	22,8
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		180/6	2,7	2,9	9,8	76,8
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	100	100	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,7	22,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		26/4	2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>13,2</b>	<b>16,8</b>	<b>27,2</b>	<b>313,1</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		150	1,5	4,5	7,7	77,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,3	26,7	0,5	0	1,2	7,1
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,4	25,7
МОРКОВЬ	5,6	4,2	0,1	0	0,3	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,1	3,4	0	0	0,3	1,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	11,7	7	0,2	0	0,5	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,4
УКРОП	0,8	0,6	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	4,7	2,8	21,5	130,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6	4,7	1,2	21,5	115,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА		60	8,2	11,4	2,3	144,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	81,8	45	7,8	7,9	0	101,7



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,4	40,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,3	6,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
МОРКОВЬ	5	3,75	0	0	0,3	1,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150/7	0,3	0,1	14,5	60,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	12,6	12,6	0,3	0,1	7,9	33,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,3	148,3	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		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			<b>18,7</b>	<b>19,2</b>	<b>71,3</b>	<b>534,7</b>
<b>Полдник</b>						
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ		180	5,0	5,5	8,0	102,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	4,9	5,5	8,1	102,6
			<b>6,5</b>	<b>7,5</b>	<b>22,9</b>	<b>186,0</b>
<b>Ужин</b>						
КАША "ДРУЖБА"		150	3,5	4,1	16,1	116,1
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,6	25,1
ПШЕНО	8	7,92	0,9	0,2	5,3	26,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	2,3	3,3	42,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		170/7	1,7	1,7	9,5	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	56,8	56,8	1,5	1,7	2,6	32,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		24	1,8	0,2	12,0	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	24	24	1,8	0,1	12	56,8
			<b>7,0</b>	<b>6,0</b>	<b>37,6</b>	<b>233,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,9</b>	<b>49,6</b>	<b>169,1</b>	<b>1 310,7</b>





Утверждаю  
Директор  
Моргунова Т.В.

## МЕНЮ

### ясли 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	170		4,6	5,2	16,7	132,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18,9	18,9	2,2	1,1	11,1	63,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2,6	3,8	48,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113,3	113,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,5	0	13,5
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150/5		2,3	2,3	9,2	67,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,1	2,1	0,2	0	1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,3	144,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,8	19,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75,5	75,5	2,1	2,3	3,3	43,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/4		2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>9,0</b>	<b>11,1</b>	<b>38,7</b>	<b>291,3</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	30		0,6	0,8	2,6	20,2
СВЕКЛА	23,3	18	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	16,3	9,8	0,3	0	0,6	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		3,0	4,6	9,5	91,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15	9,3	1,6	1,4	0	19,3
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,4	25,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,3	16,1
МОРКОВЬ	5,6	4,2	0,1	0	0,3	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,8	4,9	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,8	0,6	0	0	0	0,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110		7,9	8,9	10,0	151,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	37,2	6,5	5,7	0	77,0
КАРТОФЕЛЬ	82,5	57,8	1,1	0,2	8,9	42,3



ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,3	0	12,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,3
МОРКОВЬ	7	5,25	0,1	0	0,4	1,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	14,9
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,6		12,5	53,2
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	12,6	12,6	0,7	0	6,1	27,7
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,4	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,3	148,3	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		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>15,3</b>	<b>14,6</b>	<b>55,2</b>	<b>414,5</b>

### Полдник

ПРЯНИКИ		20	1,2	0,9	15,0	73,2
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	15	73,2
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ		180	0,1		9,5	39,1
ВИШНЯ	10	10	0,1	0	1	4,9
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
			<b>1,3</b>	<b>0,9</b>	<b>24,5</b>	<b>112,3</b>

### Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	4,4	3,6	25,6	152,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	38,5	38,5	4,2	0,5	24,8	120,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	2,9	0	27,0
ПУДИНГ ИЗ РЫБЫ		90	10,5	4,2	1,1	84,8
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	107,2	53,6	8,1	0,5	0	36,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,38 шт.	15,3	1,8	1,7	0,1	22,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,7	0,7	1	12,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
ЧАЙ С САХАРОМ		180/8			7,6	30,3
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	8	8	0	0	7,6	30,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ		26/13	5,0	4,0	13,1	108,7
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>19,9</b>	<b>11,8</b>	<b>47,4</b>	<b>376,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,3</b>	<b>40,9</b>	<b>170,3</b>	<b>1 250,9</b>





Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

# МЕНЮ

## ясли 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	130/15		19,4	11,1	18,5	255,1
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	100	100	17,1	8,6	2,9	160,6
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 СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,4
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,4	37,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180/6		2,7	2,9	9,8	76,8
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	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,7	22,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/4		2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>24,2</b>	<b>17,6</b>	<b>41,1</b>	<b>423,7</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	3,0	4,9	50,0
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	3	0	3	0	27,0
МОРКОВЬ	10,25	7,69	0,1	0	0,5	2,6
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/0/3		3,1	5,7	8,9	100,4
СВЕКЛА	33,5	25,9	0,4	0	2,2	10,4
КАРТОФЕЛЬ	50,2	35,2	0,7	0,1	5,4	25,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15,1	9,4	1,6	1,4	0	19,5
МОРКОВЬ	6	4,5	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,7	150,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,8	0,6	0	0	0	0,2



СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,3	3,3	0,1	0,5	0,1	6,5
<b>БИТОЧКИ</b>		50	8,1	8,1	2,0	113,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	66,7	41,3	7,3	6,3	0	85,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,3	0	2	9,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,2	9,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,0
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		90	3,1	1,3	20,1	104,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,1	96,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,6
<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>		150			4,7	19,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12,6	12,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,8	19,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,9	175,9	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>		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>18,1</b>	<b>18,4</b>	<b>61,2</b>	<b>485,8</b>

### Полдник

<b>БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"</b>		50	3,6	4,2	19,0	128,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,6	0,3	16,6	79,3
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,7	16,7	0,5	0,5	0,8	9,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,2	0,5	0,5	0	6,3
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
<b>КИСЕЛЬ</b>		150			14,3	57,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	16,7	16,7	0	0	12,6	50,5
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
			<b>3,6</b>	<b>4,2</b>	<b>33,3</b>	<b>185,5</b>

### Ужин

<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>		200	4,4	5,1	20,8	147,7
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,3	0,2	14	62,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	111	111	3	3,4	4,9	63,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		180/9	0,1		8,9	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
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>		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>6,0</b>	<b>5,2</b>	<b>39,7</b>	<b>232,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,3</b>	<b>45,8</b>	<b>185,1</b>	<b>1 374,3</b>





Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****ясли 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	134		3,7	4,5	15,1	115,5
ПШЕНО	14,85	14,7	1,6	0,4	9,8	49,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,8	35,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	74,4	74,4	2,1	2,3	3,3	42,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180/6		2,7	2,7	11,1	80,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,632	2,632	0,3	0	1,3	6,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,7	22,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4	51,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/4		2,1	3,6	12,8	91,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>8,5</b>	<b>10,8</b>	<b>39,0</b>	<b>287,7</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	40		0,7	2,4	3,9	40,5
СВЕКЛА	37,1	27,9	0,4	0	2,4	11,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	5,7	4,3	0,1	0	0,3	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1	0	9,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,1	0	0,2	1,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,5
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/0/3		3,1	5,6	7,6	95,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15,1	9,4	1,6	1,4	0	19,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,5	26,8	0,5	0	1,2	7,1
КАРТОФЕЛЬ	50,3	35,2	0,7	0,1	5,4	25,7
МОРКОВЬ	5,9	4,4	0,1	0	0,3	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18,5	8,3	0,1	0	0,1	1,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151	151	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0



УКРОП	0,8	0,6	0	0	0	0,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	5,9
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ</b>		60	9,0	8,9	4,8	135,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	72,6	45	8	6,8	0	93,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,3	0,5	0,5	0	6,5
КРУПА РИСОВАЯ	4,3	4,2	0,3	0	2,9	13,3
МОРКОВЬ	4,3	3,2	0	0	0,2	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,1	0	0,3	1,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,9	0,9	0	0	0,2	0,9
<b>КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ</b>		150	0,2	0,1	8,4	35,7
АПЕЛЬСИН	33,7	22,5	0,2	0	1,7	9,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,3	136,3	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>16,5</b>	<b>17,4</b>	<b>47,4</b>	<b>415,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БАТОН С ПОВИДЛОМ</b>		20	1,7	0,2	17,3	77,9
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
ПОВИДЛО	12	12	0	0	7,5	30,3
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ</b>		180/9	0,1		9,2	38,3
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	10	10	0,1	0	0,7	4,2
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,6	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
			<b>1,8</b>	<b>0,2</b>	<b>26,5</b>	<b>116,2</b>
<b>Ужин</b>						
<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		110	4,6	1,3	27,3	139,3
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	42,3	42,3	4,6	0,5	27,3	132,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,1
<b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b>		100	9,9	5,5	3,7	104,5
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	80	40	6,1	0,4	0	27,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,9	52,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,3	6,4
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>		150/8	0,2	0,1	10,3	43,4
ШИПОВНИК	12,6	12,6	0,2	0,1	2,7	13,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168,3	168,3	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ</b>		22/13	4,7	4,0	11,0	99,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	22	22	1,7	0,1	11	52,1
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3	3,8	0	47,1
			<b>19,4</b>	<b>10,9</b>	<b>52,3</b>	<b>386,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,0</b>	<b>41,8</b>	<b>169,7</b>	<b>1 262,5</b>





Утверждаю

Директор

Моргунова Т.В.

**МЕНЮ****ясли 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	100/0/15		17,2	13,6	18,8	269,4
МАССА ТВОРОЖНАЯ 4.5%	80	80	13,7	6,8	2,3	128,4
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	2	2	0	1,9	0	17,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,3
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	180/8		2,7	2,9	11,7	84,4
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	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,6	30,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26/5		2,1	4,4	12,8	99,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН ПРОСТОЙ	26	26	2,1	0,3	12,8	61,9
			<b>22,0</b>	<b>20,9</b>	<b>43,3</b>	<b>453,1</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	150		5,7	3,9	13,0	109,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	15	9,3	1,6	1,4	0	19,3
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,4	25,7
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15	14,9	3,2	0,2	6,8	42,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,8	4,9	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	6	4,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	6,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0	0	0	0,0
УКРОП	0,8	0,6	0	0	0	0,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	120		8,2	7,7	4,1	119,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	62	38,44	6,7	5,9	0	79,6



КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	93,3	74,64	1,2	0,1	3,3	19,9
МОРКОВЬ	4,8	3,6	0	0	0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	3,95	0,1	0	0,3	1,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,1	0	10,0
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>		150	0,3	0,1	14,5	60,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	12,6	12,6	0,3	0,1	7,9	33,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,7	26,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,3	148,3	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>		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>17,6</b>	<b>12,0</b>	<b>52,7</b>	<b>391,8</b>

### Полдник

<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>		50	5,3	5,1	31,3	192,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,1	0,5	26,6	126,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,8	15,2
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	2	2	0	1,9	0	17,1
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>46,5</b>	<b>257,2</b>

### Ужин

<b>КАША ЯЧНЕВАЯ</b>		200	5,0	5,7	21,2	156,6
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	3	3	0	2,4	0	21,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
<b>КИСЕЛЬ</b>		180/3			18,0	71,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР	20	20	0	0	15,1	60,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	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>6,5</b>	<b>5,8</b>	<b>49,2</b>	<b>275,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,7</b>	<b>44,5</b>	<b>212,7</b>	<b>1 474,0</b>