

МЕНЮ

Сад 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	-КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, СО ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦОМ 100/50	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/20	-КАША ПШЕНИЧНАЯ С ТЫКВОЙ 150	-КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 15	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 15	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ 190/10	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 20	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 35	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 35	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 25	БАНАНЫ 100	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 35	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	ГРУША 100	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35	МАНДАРИН 100	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100				АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100				ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
II Завтрак									
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ 110	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША 110
Обед									
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 50	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 50	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ 50	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ 50	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА 50	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ 50
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ 200	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ 200/10	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 200	-РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 200	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЬ) СО СМЕТАНОЙ 200	-СУП ОВОЩНОЙ 200
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 80	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 80	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200/15	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 70	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 80	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ 70	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 70	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 70
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 150	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 130	-КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ТУШЕННАЯ С РИСОМ 130	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 130	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 150	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ 130
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 35
СОК ФРУКТОВЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- 200	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ 200		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 180
Полдник									
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ 150	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 70	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ 150	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ 150	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70/10	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ 100/50	-ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 120	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) 70/10	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 15	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 45	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 15	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 15
-ЧАЙ С САХАРОМ 180		ВАФЛИ 25	-ЧАЙ С САХАРОМ 180	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ- 20	-ЧАЙ С САХАРОМ 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	ВАФЛИ 25	-ЧАЙ С САХАРОМ 180



		-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ 180				-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180				НАПИТОК ЛИМОННЫЙ - 180	
--	--	------------------------------------	--	--	--	-------------------------------------	--	--	--	---------------------------	--



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,81	3,23	19,71	129,10
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	26,263	26,000	0,98	0,38	16,24	82,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	1,55	3,88	7,29	82,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	5,09	8,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,000	62,000	0,60	1,50	2,82	31,87
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,250	2,250	0,23	0,07	1,61	6,77
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,20	4,75	9,75	80,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	25		0,73	2,19	1,46	38,31
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,625 шт.	25,156	0,73	2,19	1,46	38,31
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			9,53	11,96	53,49	365,02
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,56	2,49	10,55	47,20
МОРКОВЬ	45,330	34,000	0,43	0,03	2,28	11,54
ЯБЛОКИ	17,045	15,000	0,06	0,06	1,43	6,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		3,22	4,55	15,99	115,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	52,000	39,000	0,57	0,04	3,33	15,89
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
КАРТОФЕЛЬ	30,770	20,000	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18

ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,200	3,200	0,00	0,00	0,49	1,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	2,91	4,97
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,12	0,66	0,24	6,98
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,090	0,090	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80		9,89	6,44	4,84	167,67
КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАМОРОЖ.	59,341	54,000	9,54	9,64	0,00	124,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,750	1,750	0,01	0,79	0,01	9,95
РИСОВАЯ МУКА	1,575	1,575	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,192	20,192	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,800	13,800	0,35	2,01	0,74	21,42
МЯСО ЦЫПЛЯТ - БРОЙЛЕРОВ(ТУШКИ)	4,653	3,350	0,52	0,46	0,00	6,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,000	10,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,203	0,170	0,00	0,00	0,01	0,07
МОРКОВЬ	0,230	0,170	0,00	0,00	0,01	0,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,050	0,050	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,121	0,00	0,01	0,01	0,18
МОРКОВЬ	0,240	0,180	0,00	0,00	0,01	0,06
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,33	5,83	28,57	137,06
КАРТОФЕЛЬ	153,850	100,000	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	34,670	26,000	0,33	0,03	1,74	8,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,19	0,49	0,91	10,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,35	0,60	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,35	0,60	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,10	0,84	9,00	30,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,00	0,00	19,80	117,00
Сок для пит.детей с ран.возр.(с 4х мес) яблоко	180,000	180,000	0,00	0,00	19,80	117,00
			17,45	20,75	101,47	675,57
Полдник						
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150		7,05	8,30	25,45	202,67
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	45,444	40,900	7,38	6,34	0,00	86,49
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	101,337	81,070	1,42	0,08	3,70	22,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,512	10,500	0,15	0,02	0,83	4,18
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,206	20,000	0,21	0,04	0,74	4,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,000	13,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,90	0,40	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,90	0,40	8,48	40,79
-ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,07	0,00	8,87	15,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,340	0,340	0,07	0,00	0,14	0,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,800	37,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
			8,02	8,70	42,80	259,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,92	44,41	210,82	1 389,74

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,62	6,17	18,56	152,49
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	0,35	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,000	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150,000	150,000	1,46	3,64	6,84	77,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	5,09	8,69
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,24	0,04	28,42
-КАКАО С МОЛОКОМ	200		0,98	1,47	12,55	47,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	0,46	1,14	2,14	24,16
КАКАО-ПОРОШОК	2,250	2,250	0,52	0,33	0,22	6,31
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	10,19	17,38
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		0,99	4,07	17,18	107,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
ПОВИДЛО	12,000	12,000	0,05	0,00	7,92	31,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
БАНАНЫ	100		0,90	0,20	8,09	42,89
БАНАН	142,842	100,000	1,50	0,50	21,00	96,00
			10,49	11,91	56,38	350,63
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200		3,27	2,00	19,16	132,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,000	158,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	6,700	6,000	0,14	0,04	4,50	19,94
КАРТОФЕЛЬ	83,080	54,000	1,05	0,21	8,54	40,33
МОРКОВЬ	9,330	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,900	5,000	0,07	0,01	0,40	1,99

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,011	0,011	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,842	0,800	0,03	0,00	0,06	0,38
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	60,000	30,000	4,66	0,17	0,00	20,08
-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		10,14	9,11	12,92	153,97
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	57,000	51,300	9,25	7,96	0,00	108,48
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	3,400	3,400	0,02	0,14	1,48	4,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,200	11,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,120	4,300	0,06	0,01	0,34	1,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,230	0,230	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,07	0,00	1,46	9,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	0,89	0,02	11,37
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130		2,29	7,80	18,00	136,45
КАРТОФЕЛЬ	76,920	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,200	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,800	4,800	0,03	2,15	0,04	27,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,05	0,00	1,10	7,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,428	6,428	0,16	0,93	0,34	9,97
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,000	3,000	0,11	0,00	0,34	1,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		1,58	0,70	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	1,58	0,70	14,84	71,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		0,18	1,47	15,75	52,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	0,18	1,47	15,75	52,50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	200		0,32	0,13	10,08	45,04
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	20,619	20,000	0,19	0,08	1,42	8,54
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,18	21,26	93,60	597,95
Полдник						
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20		6,70	6,63	26,84	217,13
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	119,500	119,500	12,76	3,71	3,48	136,78
РИСОВАЯ МУКА	9,000	9,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,500	4,500	0,00	0,00	6,55	11,17
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.142 шт.	5,716	0,16	0,49	0,33	8,70
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,21	6,21
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,02	1,13	0,02	14,21
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,000	6,000	0,64	0,06	4,77	22,12
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	1,40	1,65	10,77	63,63
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180		1,00	2,50	11,10	53,28
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ -0	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,70	9,13	37,94	270,41
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,85	45,30	200,96	1 309,02



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,60	6,04	22,46	157,48
КРУПА МАННАЯ	24,000	24,000	0,58	1,63	17,46	76,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160,000	160,000	1,55	3,88	7,29	82,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	4,37	7,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25		0,13	1,05	11,25	37,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	0,13	1,05	11,25	37,50
-ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,14	0,00	13,39	24,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,25	5,21	10,24	95,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,000	23,000	0,12	0,97	10,35	34,50
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,200	12,000	2,54	3,42	0,00	31,68
			10,12	12,30	57,34	314,03
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,85	2,50	3,84	41,40
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40,000	40,000	1,20	1,20	1,20	9,20
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,188	5,750	0,07	0,01	0,18	1,15
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	3,75	6,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10		3,11	3,81	22,53	154,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	18,000	18,000	0,87	0,26	10,13	58,93
КАРТОФЕЛЬ	84,620	55,000	1,07	0,21	8,70	41,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,200	7,000	0,10	0,01	0,55	2,78
МОРКОВЬ	9,330	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,750	15,750	0,08	0,64	6,88	22,92
-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		9,95	9,46	10,72	154,00
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	80,000	72,000	12,99	11,17	0,00	152,25
МОРКОВЬ	18,670	14,000	0,17	0,01	0,94	4,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,200	2,200	0,00	2,13	0,00	19,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,100	2,100	0,05	0,00	1,02	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,500	17,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		2,02	3,72	24,64	136,76
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30,300	30,000	1,05	0,76	19,79	95,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,000	100,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,500	3,500	0,02	1,57	0,03	19,89
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,13	0,50	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,13	0,50	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		0,15	1,26	13,50	45,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	0,15	1,26	13,50	45,00
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	6,78	27,09
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	20,300	20,300	0,00	0,40	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210,000	210,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
			17,21	21,25	92,61	609,24
Полдник						
-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70		5,42	4,91	6,82	76,95
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	68,066	65,500	10,17	0,38	0,00	43,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,800	3,800	0,08	0,00	1,84	12,31
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.721 шт.	29,020	0,84	2,53	1,69	44,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,500	9,500	0,10	0,23	0,44	4,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,090	0,090	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,68	0,30	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,68	0,30	6,36	30,59
ВАФЛИ	25		1,13	7,25	15,75	63,25
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25,000	25,000	1,13	7,25	15,75	63,25
-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ	180		1,79	2,86	7,70	61,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130,000	130,000	1,26	3,15	5,93	66,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	12,000	12,000	0,05	0,04	8,63	33,52
КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ	10,500	10,500	0,11	0,00	8,68	35,11
			9,02	15,32	36,63	232,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,27	51,87	199,64	1 245,25



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, СО ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦОМ	100/50		8,31	5,63	17,14	156,33
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1.739 шт.	69,995	2,04	6,11	4,07	106,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,000	33,000	0,32	0,81	1,50	16,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,286	0,286	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,083	2,083	0,01	0,93	0,02	11,84
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30,780	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,309	30,000	0,32	0,06	1,11	6,98
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,206	20,000	0,16	0,02	0,49	2,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,68	0,30	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,68	0,30	6,36	30,59
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,000	62,000	0,60	1,50	2,82	31,87
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,250	2,250	0,23	0,07	1,61	6,77
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		0,99	4,07	17,18	107,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
ПОВИДЛО	12,000	12,000	0,05	0,00	7,92	31,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
			11,37	11,39	53,45	364,85
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		0,40	0,05	2,85	6,50
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,711	20,500	0,23	0,04	0,78	4,92
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25,258	25,000	0,20	0,03	0,63	3,50
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,000	5,000	0,07	0,01	0,16	1,00
-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200		3,64	3,27	10,18	139,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,400	40,000	0,70	0,04	1,82	10,86
КАРТОФЕЛЬ	38,460	25,000	0,49	0,10	3,96	18,67
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,400	2,400	0,09	0,00	0,27	1,53
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,053	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,12	0,66	0,24	6,98
-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80		10,46	7,47	20,96	150,28
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	104,839	97,500	17,02	3,78	0,00	102,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,125	10,125	0,25	1,47	0,54	15,71
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,625	2,625	0,06	0,00	1,27	8,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,880	24,875	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,500	3,500	0,13	0,00	0,40	2,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,280	0,280	0,00	0,00	0,00	0,00
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		1,65	8,53	23,32	158,90
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	42,000	42,000	4,89	0,61	29,41	144,63
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,13	0,50	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,13	0,50	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		0,15	1,26	13,50	45,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	0,15	1,26	13,50	45,00
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,00	0,00	19,80	117,00
Сок для пит.детей с ран.возр.(с 4х мес) яблоко	180,000	180,000	0,00	0,00	19,80	117,00
			17,43	21,08	101,21	668,22
Полдник						
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	150		3,33	5,23	11,89	111,63
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	201,923	105,000	2,55	0,31	4,28	30,56
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	38,000	38,000	0,37	0,92	1,74	19,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,500	7,500	0,16	0,01	3,64	24,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	14,000	14,000	1,49	0,14	11,14	51,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45		5,10	4,27	23,26	147,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,200	19,200	0,41	0,02	9,31	62,21
САХАР ПЕСОК	1,380	1,380	0,00	0,00	2,01	3,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,070	2,070	0,01	0,93	0,02	11,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,06	0,18	0,13	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,090	1,090	0,14	0,00	0,09	0,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,100	5,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧ. ВЫСШ.СОРТ-	5,354	3,400	0,18	0,07	2,90	10,88
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,900	14,900	1,59	0,47	0,44	17,05
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,700	0,02	0,06	0,04	1,07
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	3,64	6,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,700	0,700	0,02	0,00	0,34	2,27
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,02	0,07	0,05	1,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,800	0,800	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,02	0,00	0,49	3,24
-ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,07	0,00	8,87	15,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,340	0,340	0,07	0,00	0,14	0,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,800	37,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
			8,50	9,50	44,02	275,18

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	39,78	44,97	211,72	1 398,28
----------------	-------	-------	--------	----------



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,46	6,14	17,07	149,33
КРУПА РИСОВАЯ	12,121	12,000	0,27	0,07	9,00	39,88
ПШЕНО	12,121	12,000	0,43	0,62	5,82	40,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	1,47	3,69	6,93	78,14
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	2,91	4,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	1,79	0,03	22,74
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,08	0,63	6,75	22,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,08	0,63	6,75	22,50
-ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,14	0,00	13,39	24,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,25	5,21	10,24	95,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,000	23,000	0,12	0,97	10,35	34,50
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,200	12,000	2,54	3,42	0,00	31,68
АПЕЛЬСИН	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИН	142,842	100,000	0,90	0,20	8,10	43,00
			9,83	12,18	55,55	333,88
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50		2,04	4,66	6,01	91,05
СВЕКЛА	54,670	41,000	0,60	0,04	3,50	16,70
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,600	6,000	1,27	1,71	0,00	15,84
ЧЕСНОК	0,160	0,125	0,01	0,00	0,04	0,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		4,07	4,20	16,39	125,01

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,000	172,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	89,230	58,000	1,13	0,22	9,17	43,32
МОРКОВЬ	10,270	7,700	0,10	0,01	0,51	2,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	28,000	21,000	3,79	3,26	0,00	44,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,360	1,980	0,03	0,00	0,16	0,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,980	1,980	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.038 шт.	1,530	0,05	0,14	0,09	2,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,130	0,130	0,00	0,00	0,00	0,00
-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15		11,33	10,67	34,34	214,58
КАРТОФЕЛЬ	201,540	131,000	2,54	0,50	20,71	97,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	85,600	77,000	13,89	11,95	0,00	162,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,500	13,000	0,17	0,03	1,04	5,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,270	0,270	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,200	3,200	0,00	3,10	0,00	27,91
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,000	4,000	0,43	0,04	3,18	14,74
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.05 шт.	2,013	0,06	0,17	0,12	3,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,21	6,21
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,750	0,750	0,00	0,34	0,01	4,27
РИСОВАЯ МУКА	0,675	0,675	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,500	7,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,120	0,120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,250	5,250	0,14	0,77	0,28	8,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,13	0,50	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,13	0,50	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25		0,13	1,05	11,25	37,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	0,13	1,05	11,25	37,50
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУШЕНЫЙ	18,000	18,000	0,35	0,87	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,47	21,39	94,35	603,49
Полдник						
-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150		3,28	3,77	6,52	85,60
КАРТОФЕЛЬ	123,080	80,000	1,55	0,31	12,65	59,75
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,000	7,000	0,15	0,01	3,40	22,68
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	12,000	12,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50		1,86	2,03	18,43	119,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,000	39,000	0,83	0,04	18,92	126,35
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,00	0,00	2,04	3,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,328	1,328	0,16	0,01	0,11	1,10
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,17	0,44	0,82	9,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,07	0,00	1,46	9,72
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		2,56	2,80	12,94	68,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	78,000	78,000	0,76	1,89	3,56	40,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70,000	70,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,300	0,300	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90

	7,70	8,60	37,89	272,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	39,92	45,17	200,85	1 300,25

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,52	2,37	19,74	117,97
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	0,58	0,16	19,50	86,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	1,47	3,69	6,93	78,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	5,09	8,69
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,01	0,99	0,02	12,50
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,000	62,000	0,60	1,50	2,82	31,87
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,250	2,250	0,23	0,07	1,61	6,77
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,80	5,75	9,75	103,08
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		0,58	1,76	1,17	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	0,58	1,76	1,17	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	* 113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			9,69	11,67	53,23	369,23
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50		1,01	2,80	3,59	22,51
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,121	50,600	0,39	0,05	1,23	6,87
-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200		5,68	5,05	15,51	138,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,500	0,12	0,02	0,68	3,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,000	18,000	0,39	0,02	8,73	58,32

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,12	0,02	0,70	3,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,031	0,15	0,44	0,29	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18,056	13,000	2,36	2,03	0,00	27,74
-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70		8,05	5,78	10,48	129,40
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	60,000	54,000	9,74	8,38	0,00	114,19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,800	5,700	0,08	0,01	0,46	2,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,078 шт.	3,140	0,09	0,27	0,18	4,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,000	13,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,675	0,675	0,00	0,30	0,01	3,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,675	1,675	0,04	0,00	0,81	5,42
МОРКОВЬ	1,200	0,900	0,01	0,00	0,06	0,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,358	0,300	0,00	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,201	0,150	0,00	0,00	0,02	0,08
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,250	2,250	0,08	0,00	0,26	1,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,225	0,225	0,00	0,10	0,00	1,28
САХАР ПЕСОК	0,150	0,150	0,00	0,00	0,22	0,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,150	0,150	0,00	0,00	0,00	0,00
-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130		1,25	5,88	18,21	126,40
МОРКОВЬ	66,670	50,000	0,63	0,05	3,35	16,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	4,37	7,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	5,051	5,000	0,12	0,03	3,75	16,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,000	54,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,13	0,50	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,13	0,50	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30		0,15	1,26	13,50	45,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	0,15	1,26	13,50	45,00
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200		0,98	0,00	21,41	88,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,000	170,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОВИДЛО	20,000	20,000	0,08	0,00	12,80	51,53
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,00	0,00	7,28	12,42
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,190	0,190	0,00	0,00	0,00	0,00
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	12,000	12,000	0,00	0,00	9,92	36,90
			18,25	21,27	93,30	601,42
Полдник						
-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70/10		6,34	6,32	12,69	124,01
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	96,774	90,000	15,71	3,49	0,00	94,28
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	0,89	0,02	11,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,800	4,800	0,03	2,15	0,04	27,29
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,800	4,800	0,11	0,00	2,33	15,55
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,15	0,37	0,69	7,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,000	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,199 шт.	8,010	0,23	0,70	0,47	12,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,000	3,000	0,08	0,44	0,16	4,66
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	15,385	10,000	0,30	0,02	0,63	3,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,68	0,30	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,68	0,30	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	20		0,87	1,90	13,58	80,90

ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ	20,000	20,000	0,87	1,90	13,58	80,90
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,00	0,35	10,19	17,38
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	18,170	18,170	0,00	0,35	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189,000	189,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,180	0,180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	10,19	17,38
			7,89	8,87	42,82	252,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,75	44,81	202,41	1 313,51



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20		9,68	7,62	14,46	156,93
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	166,000	166,000	17,71	5,15	4,83	190,00
КРУПА МАННАЯ	23,000	23,000	0,56	1,56	16,73	73,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,000	11,000	0,00	0,00	16,01	27,32
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.119 шт.	4,790	0,14	0,42	0,28	7,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,000	6,000	0,16	0,87	0,32	9,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	1,79	0,03	22,74
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,75	0,07	5,57	25,80
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	1,24	1,51	2,00	26,77
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10		0,29	0,01	15,13	33,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	14,55	24,83
ЛИМОН	16,700	10,000	0,15	0,01	0,29	6,69
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		0,99	4,07	17,18	107,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
ПОВИДЛО	12,000	12,000	0,05	0,00	7,92	31,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
ГРУША	100		0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША	142,842	100,000	0,40	0,30	10,30	47,00
			11,36	12,00	57,07	344,55
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50		1,00	4,78	13,16	42,21
СВЕКЛА	57,330	43,000	0,63	0,04	3,67	17,52
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	7,500	7,500	0,08	0,18	4,84	17,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200		3,41	3,03	13,78	128,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,000	156,000	0,00	0,00	0,00	0,00

КАРТОФЕЛЬ	76,920	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КРУПА РИСОВАЯ	4,500	4,500	0,10	0,03	3,38	14,96
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15,300	13,000	0,10	0,25	0,21	1,26
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,016	0,016	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,052	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,500	4,500	0,12	0,66	0,24	6,98
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	25,300	19,000	3,42	2,95	0,00	40,18
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО -ПОЛЬСКИ	80		8,95	4,60	6,52	134,42
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	84,173	81,000	12,57	0,48	0,00	54,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,200	16,000	0,21	0,03	1,27	6,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,24	0,04	28,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16,000	16,000	0,10	7,17	0,13	90,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,208 шт.	8,372	0,24	0,73	0,49	12,75
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,676	0,546	0,02	0,00	0,04	0,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,052	0,052	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,260	0,260	0,00	0,00	0,00	0,00
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		2,90	6,87	24,48	152,80
КАРТОФЕЛЬ	192,310	125,000	2,43	0,49	19,77	93,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,24	0,61	1,14	12,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	1,79	0,03	22,74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,13	0,50	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,13	0,50	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		0,18	1,47	15,75	52,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	0,18	1,47	15,75	52,50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180		0,19	0,08	11,61	25,92
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	20,619	20,000	0,19	0,08	1,42	8,54
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	10,19	17,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,76	21,33	95,90	587,73
Полдник						
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100/50		7,84	8,52	27,60	220,32
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,745 шт.	70,236	2,05	6,13	4,08	106,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,000	33,000	0,32	0,81	1,50	16,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,286	0,286	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	46,170	30,000	0,90	0,06	1,89	11,64
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	28,571	20,000	0,60	0,04	1,26	7,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,68	0,30	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,68	0,30	6,36	30,59
-ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,07	0,00	8,87	15,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,340	0,340	0,07	0,00	0,14	0,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,800	37,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
			8,59	8,82	42,83	266,62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,19	45,15	208,84	1 288,93



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150		5,28	6,21	23,56	165,64
ПШЕНО	28,300	28,000	1,01	1,44	13,58	95,60
ТЫКВА СВЕЖАЯ	78,600	55,000	0,00	1,07	2,35	12,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130,000	130,000	1,26	3,15	5,93	66,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	4,37	7,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,24	0,04	28,42
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,10	0,84	9,00	30,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
-ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,14	0,00	13,39	24,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,000	157,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,707	0,707	0,14	0,00	0,29	1,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,600	48,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,25	5,21	10,24	95,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,000	23,000	0,12	0,97	10,35	34,50
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,200	12,000	2,54	3,42	0,00	31,68
			9,77	12,26	56,19	314,69
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50		1,45	3,01	3,04	44,83
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,667	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200		3,16	4,19	16,21	119,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,000	145,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	93,850	61,000	1,18	0,23	9,64	45,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,200	2,200	0,00	2,13	0,00	19,19

БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16,667	12,000	2,17	1,87	0,00	25,61
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,053	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70		9,00	4,18	18,66	148,98
МЯСО ЦЫПЛЯТ - БРОЙЛЕРОВ(ТУШКИ)	66,667	48,000	7,45	6,52	0,00	88,46
КРУПА РИСОВАЯ	5,700	5,600	0,13	0,03	4,20	18,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.194 шт.	7,809	0,22	0,68	0,46	11,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	1,79	0,03	22,74
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130		2,29	7,80	18,00	136,45
КАРТОФЕЛЬ	76,920	50,000	0,97	0,19	7,91	37,35
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
РЕПА	16,216	12,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,200	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,800	4,800	0,03	2,15	0,04	27,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,05	0,00	1,10	7,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,428	6,428	0,16	0,93	0,34	9,97
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,000	3,000	0,11	0,00	0,34	1,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,13	0,50	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,13	0,50	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		0,18	1,47	15,75	52,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	0,18	1,47	15,75	52,50
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,00	0,00	19,80	117,00
Сок для пит.детей с ран.возр.(с 4х мес) яблоко	180,000	180,000	0,00	0,00	19,80	117,00
			17,21	21,15	102,06	670,44
Полдник						
-ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	120		4,84	3,00	5,41	67,81
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	120,000	120,000	3,36	3,00	5,41	67,81
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50		2,36	3,10	20,69	135,41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,000	39,000	0,83	0,04	18,92	126,35
САХАР ПЕСОК	1,400	1,400	0,00	0,00	2,04	3,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,450	0,450	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,328	1,328	0,16	0,01	0,11	1,10
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,17	0,44	0,82	9,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,07	0,00	1,46	9,72
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180		1,00	2,50	11,10	53,28
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ -0	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,20	8,60	37,20	256,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,10	45,01	208,51	1 331,61

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,51	6,09	18,50	156,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26,000	26,000	0,35	1,56	15,59	88,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150,000	150,000	1,46	3,64	6,84	77,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	5,09	8,69
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	5,000	5,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,24	0,04	28,42
-КАКАО С МОЛОКОМ	200		0,98	1,47	12,55	47,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	47,000	47,000	0,46	1,14	2,14	24,16
КАКАО-ПОРОШОК	2,250	2,250	0,52	0,33	0,22	6,31
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	10,19	17,38
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35		0,99	4,07	17,18	107,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
ПОВИДЛО	12,000	12,000	0,05	0,00	7,92	31,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
МАНДАРИН	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	142,842	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			10,28	11,83	55,73	350,11
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110		2,48	3,00	13,04	90,03
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	3,84	3,20	13,34	98,16
			2,48	3,00	13,04	90,03
Обед						
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,70	3,79	4,00	48,95
СВЕКЛА	62,670	47,000	0,69	0,05	4,02	19,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,750	3,750	0,00	3,75	0,00	33,71
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200		4,43	4,73	15,56	116,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,000	149,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	34,670	26,000	0,38	0,03	2,22	10,59
КАРТОФЕЛЬ	60,000	39,000	0,76	0,16	6,17	29,13
ЩАВЕЛЬ	32,895	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШПИНАТ	29,333	22,000	0,62	0,07	0,43	4,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,357	4,500	0,06	0,01	0,36	1,79
РИСОВАЯ МУКА	1,600	1,600	0,00	0,00	0,00	0,00

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,800	3,800	0,02	1,71	0,03	21,60
САХАР ПЕСОК	1,700	1,700	0,00	0,00	2,47	4,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,240	0,240	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.273 шт.	10,988	0,32	0,96	0,64	16,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,27	7,76
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70		9,09	4,39	13,15	108,03
ГОВЯДИНА Б/К (задняя часть)	64,700	58,300	10,51	9,05	0,00	123,28
КРУПА РИСОВАЯ	5,600	5,600	0,13	0,03	4,20	18,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,27	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,03	0,00	0,73	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,160	0,160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,764	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,400	0,400	0,00	0,17	0,00	2,27
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,000	2,000	0,07	0,00	0,23	1,28
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,01	6,26	20,32	147,71
КАРТОФЕЛЬ	153,850	100,000	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	34,670	26,000	0,33	0,03	1,74	8,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,19	0,49	0,91	10,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,90	0,40	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,90	0,40	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		0,18	1,47	15,75	52,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	0,18	1,47	15,75	52,50
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,77	0,31	15,76	84,36
ШИПОВНИК СУШЁНЫЙ	18,000	18,000	0,35	0,87	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,000	190,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,08	21,35	93,02	598,69
Полдник						
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	70/10		7,00	8,27	7,48	126,27
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	114,124	101,000	15,68	0,59	0,00	67,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,000	16,000	0,16	0,39	0,73	8,23
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.124 шт.	4,991	0,15	0,44	0,29	7,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,700	3,700	0,02	1,66	0,03	21,03
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,430	0,430	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,750	12,750	0,13	0,31	0,58	6,56
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,210	2,210	0,01	0,99	0,02	12,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,210	2,210	0,05	0,00	1,08	7,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,550	2,550	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,136	0,136	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15,385	10,000	0,30	0,02	0,63	3,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,68	0,30	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,68	0,30	6,36	30,59
ВАФЛИ	25		1,13	7,25	15,75	63,25
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25,000	25,000	1,13	7,25	15,75	63,25
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180		0,35	0,02	12,34	35,93
ЛИМОН	40,000	24,000	0,35	0,02	0,70	16,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,000	175,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	11,64	19,87
			9,16	15,84	41,93	256,04

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	40,00	52,02	203,72	1 294,87
----------------	-------	-------	--------	----------

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		6,52	2,37	19,74	117,97
КРУПА РИСОВАЯ	26,263	26,000	0,58	0,16	19,50	86,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	152,000	152,000	1,47	3,69	6,93	78,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	5,09	8,69
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	4,000	4,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,200	2,200	0,01	0,99	0,02	12,50
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		1,39	1,39	12,77	70,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,000	152,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,000	62,000	0,60	1,50	2,82	31,87
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	13,10	22,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,250	2,250	0,23	0,07	1,61	6,77
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		0,80	5,75	9,75	103,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	2,31	0,04	29,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	0,10	0,84	9,00	30,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		0,58	1,76	1,17	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	0,58	1,76	1,17	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,579	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			9,69	11,67	53,23	369,23
II Завтрак						
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110		2,92	3,00	13,06	89,98
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ)	110,000	110,000	4,18	3,30	13,75	101,20
			2,92	3,00	13,06	89,98
Обед						
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50		0,40	1,00	0,85	5,00
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50,000	50,000	0,40	1,00	0,85	5,00
-СУП ОВОЩНОЙ	200		2,25	3,27	15,18	119,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,000	155,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	73,077	38,000	0,92	0,11	1,55	11,06
КАРТОФЕЛЬ	80,000	52,000	1,01	0,20	8,23	38,84
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	14,667	11,000	0,14	0,00	0,52	2,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,385	4,800	0,15	0,01	0,30	1,86
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,143	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70		9,44	6,91	9,16	135,00
КУРИНОЕ БЕДРО ФИЛЕ	56,703	51,600	12,51	4,90	0,00	97,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,405	7,900	0,11	0,02	0,63	3,14
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,600	5,600	0,03	0,23	2,44	8,15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,000	10,000	0,10	0,24	0,46	5,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,500	7,500	0,81	0,08	5,97	27,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130		3,69	8,62	29,39	168,04
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	176,923	92,000	2,23	0,27	3,74	26,77
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,000	30,000	0,29	0,73	1,37	15,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
РИСОВАЯ МУКА	6,500	6,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12,000	12,000	1,28	0,12	9,54	44,23
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,35	0,60	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,35	0,60	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35		0,18	1,47	15,75	52,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35,000	35,000	0,18	1,47	15,75	52,50
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,00	0,00	19,80	117,00
Сок для пит.детей с ран.возр.(с 4х мес) яблоко	180,000	180,000	0,00	0,00	19,80	117,00
			17,31	21,87	102,85	658,28
Полдник						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150		7,04	9,12	27,35	220,92
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	47,000	47,000	5,47	0,69	32,91	161,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,500	5,000	1,03	1,39	0,00	12,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	1,35	0,02	17,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15		0,68	0,30	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,68	0,30	6,36	30,59
-ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,07	0,00	8,87	15,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,340	0,340	0,07	0,00	0,14	0,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,800	37,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	8,73	14,90
			7,79	9,42	42,58	267,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,71	45,96	211,72	1 384,71