

## МЕНЮ

### Ясли 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		4,5	5,0	16,3	128,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,38	0,38	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,6	5,2	66,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150		3,5	3,6	13,2	100,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
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
			<b>9,5</b>	<b>12,8</b>	<b>39,5</b>	<b>313,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
КМН	100		2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ИЛИ СОЛЕННЫЙ	30		0,2		0,7	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9	0,2	0	0,7	4,2
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150		5,5	2,0	9,8	80,0
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	24	24	4,3	0	0	17,1
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	12,4	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	3	3	0,2	0	2,1	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100		5,7	4,6	25,9	167,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	46,2	46,2	5,6	1,5	25,6	138,0
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	3	0	27,5
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	40/20		12,4	8,2	1,5	144,2

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	75	69,75	12,1	2,5	0	85,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>27,9</b>	<b>15,3</b>	<b>73,6</b>	<b>560,1</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		30	0,4		3,4	15,6
МОРКОВЬ	37,2	28,8	0,4	0	1,9	9,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО		20	1,4	1,7	11,1	65,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	65,6
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		90	17,8	12,9	16,8	256,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90,9	90	15,7	7,9	2,6	147,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,6	0,2	9,8	46,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,6	0,5	0,4	0	5,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3	0,1		7,2	29,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,83	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ФРУКТ		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>20,3</b>	<b>15,2</b>	<b>52,2</b>	<b>433,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,6</b>	<b>45,8</b>	<b>169,5</b>	<b>1 361,1</b>

**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 "ДРУЖБА"		150	4,7	7,4	20,6	168,4
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6
ПШЕНО	8	7,92	0,9	0,2	5,4	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,0	3,3	12,5	91,9
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,2	2,9	0	35,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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>11,4</b>	<b>13,7</b>	<b>43,1</b>	<b>343,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ		15	0,4	0,5	11,6	53,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	15	15	0,4	0,5	11,6	53,1
КМН		100	2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>3,3</b>	<b>3,0</b>	<b>15,8</b>	<b>107,1</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА		40	0,5	2,4	3,0	36,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	45,24	38	0,5	0,1	3	15,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СЕЛЬДЬ СЛАБОСОЛЕНАЯ		50	4,4	4,3		56,0
РЫБА СЕЛЬДЬ ТИХООКЕАНСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ	52	25	4,4	4,3	0	56,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		150	2,2	4,6	6,4	78,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,5	0,5	0	0	0,1	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	35	21	0,4	0,1	3,3	15,7

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ГОВЯДИНА Б/К	5	4,5	0,8	0,7	0	9,5
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150	11,4	10,6	15,8	208,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,2	31,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	71,8	51,7	9,1	9,2	0	119,3
КАРТОФЕЛЬ	123,9	74,3	1,5	0,3	11,7	55,5
МОРКОВЬ	15	11,3	0,1	0	0,8	3,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	11,5	48,5
ЯБЛОКИ	34,09	30	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>22,7</b>	<b>22,5</b>	<b>63,7</b>	<b>556,3</b>
<b>Полдник</b>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		60	8,0	2,7	3,6	70,9
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	56,94	41	6,4	0,2	0	27,5
МОРКОВЬ	15,48	12	0,2	0	0,8	4,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,1	0	0,3	1,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	6,84	0,9	0,8	0	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,1	3,6	13,6	94,5
КАРТОФЕЛЬ	113,8	85,3	1,6	0,3	13,5	63,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	15,3	0,4	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		150	2,5	2,2	11,1	74,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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>14,1</b>	<b>8,6</b>	<b>38,3</b>	<b>287,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,5</b>	<b>47,8</b>	<b>160,9</b>	<b>1 293,9</b>

**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>						
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		75	6,6	10,5	4,0	136,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	12,4	8,1	0,3	0	0,5	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		150	3,5	3,6	16,1	111,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,2	2,9	0	35,3
			<b>13,8</b>	<b>17,1</b>	<b>30,1</b>	<b>330,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
КМН		100	2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>3,4</b>	<b>2,6</b>	<b>14,1</b>	<b>97,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		40	0,7	1,9	3,7	35,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	39,5	31,5	0,6	0	1,5	8,5
МОРКОВЬ	5,6	4,2	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,9	3,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ		150	1,6	3,9	9,7	83,1
СВЕКЛА	31,8	25,2	0,4	0	2,1	10,3
КАРТОФЕЛЬ	55	33	0,7	0,1	5,2	24,6
МОРКОВЬ	7,8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		60	10,2	10,7	3,5	152,7
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	9,7	8,3	0	114,2
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		90	3,4	4,4	21,5	139,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	31,5	31,5	3,4	0,4	21,5	103,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>20,0</b>	<b>21,4</b>	<b>74,1</b>	<b>574,5</b>
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		100	14,8	10,2	23,8	249,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	76	75	13,1	6,6	2,2	123,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7,7
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	8	8	0,2	0	5,1	21,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ПОВИДЛО	5	5	0	0	3,2	12,9
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		30	0,4		3,4	15,6
МОРКОВЬ	37,2	28,8	0,4	0	1,9	9,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ПОВИДЛО		5			3,2	12,9
ПОВИДЛО	5	5	0	0	3,2	12,9
ЧАЙ С САХАРОМ		180/9	0,2	0,1	13,5	54,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ФРУКТ		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>16,0</b>	<b>10,9</b>	<b>57,6</b>	<b>397,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,2</b>	<b>52,0</b>	<b>175,9</b>	<b>1 400,0</b>

**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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		4,4	7,2	23,4	176,4
КРУПА РИСОВАЯ	22,3	22,3	1,6	0,2	16	72,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,0	3,3	12,5	91,9
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
ХЛЕБ пшеничный с повидлом	27		1,5	0,1	14,7	66,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	19,7	19,7	1,5	0,1	9,9	46,7
ПОВИДЛО	7,3	7,3	0	0	4,8	19,4
			<b>8,9</b>	<b>10,6</b>	<b>50,6</b>	<b>334,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ	15		0,4	0,5	11,6	53,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	15	15	0,4	0,5	11,6	53,1
КМН	100		2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>3,3</b>	<b>3,0</b>	<b>15,8</b>	<b>107,1</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150		1,6	2,0	11,8	71,0
КАРТОФЕЛЬ	90,4	67,8	1,4	0,3	10,8	50,6
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ГОРОШНИЦА	100		11,1	0,8	23,2	144,1
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	50	49,7	11,1	0,8	23,2	144,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,3	103,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60		8,9	10,3	4,4	146,1
ГОВЯДИНА Б/К	48,89	44	8	6,8	0	93,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,6	0	3,9	18,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	11,5	48,5
ЯБЛОКИ	34,09	30	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>25,8</b>	<b>13,7</b>	<b>77,9</b>	<b>538,7</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ		40	0,7	3,9	2,1	47,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	46,9	37,52	0,7	0	1,7	10,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
МОРКОВЬ	3,8	2,85	0	0	0,2	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		100	6,6	12,4	55,8	360,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,7	0,8	43,6	207,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,4	0	2,3	11,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,1	11,9	0,1	107,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,7	1,7	0,2	0	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,2	0,1	11,3	45,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	101,3	101,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,3	11,3	0	0	11	43,7
			<b>12,6</b>	<b>21,0</b>	<b>69,5</b>	<b>515,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,6</b>	<b>48,3</b>	<b>213,8</b>	<b>1 495,5</b>



**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>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		6,0	7,8	24,4	193,2
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	25	24,75	2,7	0,3	16,3	79,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150		3,5	3,6	16,1	111,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	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
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>11,1</b>	<b>15,7</b>	<b>50,6</b>	<b>389,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
КМН	100		3,0	2,6	4,4	56,1
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	103,8	103,8	3	2,6	4,4	56,1
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ	15		0,4	0,5	11,6	53,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	15	15	0,4	0,5	11,6	53,1
			<b>3,9</b>	<b>3,2</b>	<b>25,9</b>	<b>152,2</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,6	2,3	3,2	36,5
СВЕКЛА	49,03	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150		2,4	4,7	10,1	95,5
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	3,96	0,4	0	2,5	12,1
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0	0	0,2	1,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,2	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ГОВЯДИНА Б/К	5	4,5	0,8	0,7	0	9,5

КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ		130	6,8	7,8	8,4	133,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	164,7	131,7	2,3	0,1	6	35,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0	4,2	0	37,5
МОРКОВЬ	8,7	6,5	0,1	0	0,4	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,4	8,8	0,1	0	0,7	3,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,4	0,4	0	0	0,1	0,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30,3	22,8	4,1	3,5	0	48,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			<b>13,9</b>	<b>15,3</b>	<b>57,4</b>	<b>428,9</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		40	0,8	2,0	3,9	36,9
КАРТОФЕЛЬ	22,86	16	0,3	0,1	2,5	11,9
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,23	6	0,2	0	0,4	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	12	11,88	0,1	0	0,3	1,6
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		120	15,5	6,7	12,8	189,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	80,9	75,2	13,1	2,7	0	92,6
КРУПА РИСОВАЯ	14,6	14,4	1	0,1	10,4	46,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	36,3	30,4	0,4	0,1	2,4	12,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,5	0,8	0,7	0	9,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3	0,1		7,2	29,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,83	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ФРУКТ		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>18,5</b>	<b>9,4</b>	<b>47,6</b>	<b>369,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,4</b>	<b>43,6</b>	<b>181,5</b>	<b>1 340,5</b>

**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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150		4,4	5,3	14,3	122,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	105	105	2,9	3,3	4,8	61,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	12	11,88	1,5	0,4	6,6	35,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,0	3,3	12,5	91,9
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ	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>8,9</b>	<b>12,8</b>	<b>36,8</b>	<b>299,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
КМН	100		2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>3,4</b>	<b>2,6</b>	<b>14,1</b>	<b>97,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С ЯЙЦОМ	150		0,7	3,3	5,3	54,1
КАРТОФЕЛЬ	40	26	0,5	0,1	4,1	19,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОТЛЕТЫ СОЧНЫЕ	62		3,0	7,7	3,2	94,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	20	11,2	2	1,7	0	23,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,1	16,1	0,5	0,4	0,8	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100		2,3	4,0	10,2	87,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	137,5	110	1,9	0,1	5	29,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МОРКОВЬ	6,45	5	0,1	0	0,3	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	2,8

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>			<b>8,7</b>	<b>34,8</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</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>40</b>	<b>2,6</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>10,1</b>	<b>15,5</b>	<b>54,4</b>	<b>399,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ</b>		<b>30</b>	<b>0,4</b>		<b>3,4</b>	<b>15,6</b>
МОРКОВЬ	37,2	28,8	0,4	0	1,9	9,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
<b>ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА</b>		<b>130</b>	<b>14,2</b>	<b>11,2</b>	<b>60,3</b>	<b>346,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	65,8	65,8	6,9	0,9	44,6	213,2
САХАР ПЕСОК	4,7	4,7	0	0	4,6	18,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,9	6,9	0	5,5	0,1	50,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,1	0,9	0,8	0	10,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	2,3	2,3	0,3	0	0	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,7	17,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	2,9	0,3	0	1,9	9,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	30	30	5,2	2,6	0,9	49,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ</b>		<b>150</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>15,9</b>	<b>65,6</b>
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	15,46	15	0,2	0,1	1,1	6,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,75	6,75	0	0	5,1	20,5
<b>ФРУКТ</b>		<b>140</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>13,7</b>	<b>65,8</b>
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>15,4</b>	<b>11,9</b>	<b>93,3</b>	<b>493,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,8</b>	<b>42,8</b>	<b>198,6</b>	<b>1 289,4</b>

**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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150		6,0	7,8	27,2	203,3
ПШЕНО	29	29	3,2	0,8	19,8	99,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150		3,5	3,6	16,1	111,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10	2,2	2,9	0	35,3
ХЛЕБ	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>13,2</b>	<b>14,4</b>	<b>53,3</b>	<b>397,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
КМН	100		2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40		0,4	2,3	1,5	29,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	15,05	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		1,8	3,2	12,3	84,6
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	9	6,75	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		11,5	14,4	5,9	199,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	80	57,6	10,2	10,3	0	133,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,8	10,8	0,8	0,1	5,2	24,8

МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,5	0,5	0,7	9,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,5	0,9	2,2	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,2	15,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		100	1,3	2,5	7,5	57,1
СВЕКЛА	112,3	87	1,3	0,1	7,5	35,4
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	13	13	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>19,6</b>	<b>23,8</b>	<b>65,1</b>	<b>555,5</b>
<b>Полдник</b>						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		90	2,6	3,6	17,2	111,9
КРУПА РИСОВАЯ	19,2	19,2	1,3	0,2	13,8	62,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	43	43	1,2	1,1	2	22,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		60	9,5	2,5	5,4	82,6
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	70,83	51	8	0,3	0	34,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,5	2	0,1	0	0,2	1,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,1	0,2	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ХЛЕБ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,2	0,1	11,3	45,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	101,3	101,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,3	11,3	0	0	11	43,7
ФРУКТ		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>14,4</b>	<b>6,9</b>	<b>57,6</b>	<b>352,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,1</b>	<b>47,6</b>	<b>180,2</b>	<b>1 359,9</b>

**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>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		80	7,9	15,2	1,8	175,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,4 шт.	56,5	7	6,3	0,4	86,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30,8	30,8	0,9	1	1,4	17,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,2	6,2	0	4,9	0	45,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,7	10	2,3	3	0	36,4
ХЛЕБ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,5	3,8	13,2	101,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
			<b>15,2</b>	<b>22,1</b>	<b>25,0</b>	<b>361,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
КМН		100	2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>3,4</b>	<b>2,6</b>	<b>14,1</b>	<b>97,0</b>
<b>Обед</b>						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		40	0,6	3,1	3,2	43,3
СВЕКЛА	39,6	30	0,5	0	2,5	12,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,8	6,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,3	0,3	0	0	0,1	0,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,8	2,7	11,2	84,6
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		90	3,3	4,4	21,0	136,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,6	30,6	3,3	0,4	21	100,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		60	9,1	8,5	1,5	121,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,3	6,3	0,2	0,9	0,2	12,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,8	18,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	53,9	48,5	8,7	7,6	0	102,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	11,5	48,5
ЯБЛОКИ	34,09	30	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>21,0</b>	<b>19,3</b>	<b>75,4</b>	<b>563,2</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		40	0,5		4,4	20,8
МОРКОВЬ	49,55	38,4	0,5	0	2,5	13,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	15,8	11,0	11,7	213,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	85	85	14,8	7,5	2,5	139,4
КРУПА МАННАЯ	4,6	4,6	0,5	0	3,1	14,6
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,1	0,4	0,4	0	4,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО		20	1,4	1,7	11,1	65,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	65,6
КМН		100	2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>20,6</b>	<b>15,2</b>	<b>31,4</b>	<b>353,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,2</b>	<b>59,2</b>	<b>145,9</b>	<b>1 375,3</b>



**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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,1	6,8	21,1	167,2
КРУПА МАННАЯ	18,8	18,8	1,8	0,2	12,9	60,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ХЛЕБ пшеничный с повидлом	27		1,5	0,1	14,7	66,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	19,7	19,7	1,5	0,1	9,9	46,7
ПОВИДЛО	7,3	7,3	0	0	4,8	19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150		3,5	3,6	16,1	111,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	117	117	3,3	3,6	5,3	68,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
			<b>10,1</b>	<b>10,5</b>	<b>51,9</b>	<b>345,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ	15		0,4	0,5	11,6	53,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	15	15	0,4	0,5	11,6	53,1
КМН	100		2,9	2,5	4,2	54,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	2,5	4,2	54,0
			<b>3,3</b>	<b>3,0</b>	<b>15,8</b>	<b>107,1</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150		2,2	4,6	6,4	78,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,5	0,5	0	0	0,1	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	35	21	0,4	0,1	3,3	15,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ГОВЯДИНА Б/К	5	4,5	0,8	0,7	0	9,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,2	5,3	21,4	145,7
КАРТОФЕЛЬ	183,21	128,25	2,5	0,5	20,3	95,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,7	0,6	1,1	11,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60		9,6	10,3	9,1	167,3

ГОВЯДИНА Б/К	48,89	44	8	6,8	0	93,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,8	0,3	5,5	27,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>19,1</b>	<b>20,7</b>	<b>72,6</b>	<b>555,4</b>
<b>Полдник</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		85	1,2	5,0	7,1	78,7
КАРТОФЕЛЬ	30,4	21,3	0,4	0,1	3,4	15,9
СВЕКЛА	21,9	17	0,3	0	1,5	6,9
МОРКОВЬ	16,5	12,8	0,2	0	0,9	4,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17	17	0,1	0	0,3	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,2	12,8	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,1	5,1	0	4,9	0	44,4
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		60	11,3	4,0	2,2	91,0
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	80	57,6	8,9	0,3	0	38,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,37 шт.	14,9	1,8	1,6	0,1	22,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3			7,0	28,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,83	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ФРУКТ		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>14,6</b>	<b>9,7</b>	<b>40,0</b>	<b>311,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,1</b>	<b>43,9</b>	<b>180,3</b>	<b>1 319,2</b>

**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>						
КАША ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	150		5,1	7,3	19,5	164,9
КРУПА ОВСЯНАЯ	20	19,7	2,3	1,2	11,3	65,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,2	32,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,0	3,3	12,5	91,9
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
ХЛЕБ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>9,7</b>	<b>14,9</b>	<b>42,1</b>	<b>341,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
ФРУКТ	140		0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159	140	0,6	0,6	13,7	65,8
			<b>1,1</b>	<b>0,7</b>	<b>23,6</b>	<b>108,8</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150		1,2	2,9	7,5	61,8
СВЕКЛА	31	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	17,1	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,2	0	0,5	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160		14,8	15,0	15,4	256,0
ГОВЯДИНА Б/К	80	72	13	11,2	0	152,3
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4	14,3	67,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,8	10,7	0,1	0	0,9	4,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	11,5	48,5
ЯБЛОКИ	34,09	30	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>20,2</b>	<b>18,5</b>	<b>61,4</b>	<b>495,3</b>
<b>Полдник</b>						
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ДЕСТА		40	3,2	1,6	19,4	104,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25,6	25,6	2,7	0,3	17,4	82,9
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	1,2	1,2	0	1	0	8,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3	0,2	0,1	0	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,3	10,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,87	0,87	0,1	0	0,6	2,8
ПАСТА ОРЕХОВО-ШОКОЛАДНАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
САХАРНАЯ ПУДРА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,13	0,13	0	0,1	0	1,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ		40	0,7	1,9	1,8	27,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	39,5	31,6	0,6	0	1,5	8,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		9,0	36,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38	38	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	101,3	101,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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>10,6</b>	<b>8,2</b>	<b>40,5</b>	<b>279,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,6</b>	<b>42,3</b>	<b>167,6</b>	<b>1 224,8</b>