

## МЕНЮ

Ясли 10,5 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150		4,8	6,6	22,1	167,1
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22,5	22,5	2,7	1,4	13,5	76,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ	9	9	2,1	2,2	3,4	42,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3	0	0	5,1	20,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30		1,5	0,6	16,9	79,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6
			<b>6,4</b>	<b>7,2</b>	<b>46,0</b>	<b>274,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	150		4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6	79,5
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			<b>5,9</b>	<b>5,8</b>	<b>20,9</b>	<b>162,9</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		5,3	5,0	10,8	109,9
МЯСО Б/К	22,22	20	3,6	3,1	0	42,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,3	1,9	0	0	0,2	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	120		2,9	2,8	30,5	158,7
КРУПА РИСОВАЯ	42,8	42,4	2,9	0,4	30,5	137,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,7	87,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50	8,4	8,2	2,4	116,6
МЯСО Б/К	48,6	43,7	7,9	6,8	0	92,4
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,9</b>	<b>16,2</b>	<b>57,2</b>	<b>446,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ		120	3,2	3,4	16,8	113,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	90	72	1,3	0,1	3,3	19,6
КАРТОФЕЛЬ	74,67	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6	0,6	0,1	3,8	18,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МОРКОВЬ	6,75	5,4	0,1	0	0,4	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
СУФЛЕ КУРИНОЕ		50	9,2	12,4	4,1	164,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,8	1,2	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,3	4,3	0,5	0,1	2,9	14,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60,7	43,7	7,8	7,8	0	100,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
НАПИТОК ИЗ ЯГОДЫ ПРОТЕРТОЙ		150	0,2	0,1	6,4	29,0
ЯГОДА ПРОТЕРТАЯ	23,2	22,5	0,2	0,1	1,6	9,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>13,9</b>	<b>16,1</b>	<b>35,8</b>	<b>348,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,1</b>	<b>45,3</b>	<b>159,9</b>	<b>1 232,0</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,1	2,0	2,4	32,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,2	0,1	2,4	14,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ДРАЧЕНА	120		9,9	11,9	7,6	182,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,53 шт.	61,58	7,6	6,9	0,4	93,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45,1	45,1	1,3	1,4	2	26,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,3	1,6	0,4	22,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,3	2,3	10,4	72,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,2	0	1,2	5,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	2,3	3,4	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,1	4,1	0,1	37,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>15,3</b>	<b>21,0</b>	<b>33,4</b>	<b>390,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ	100		2,9	1,0	3,9	38,8
БИОТВОРОГ 4,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,9	1	3,9	38,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>4,4</b>	<b>1,6</b>	<b>14,2</b>	<b>91,2</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150		4,8	5,8	5,3	95,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,8	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,3	5,3	0,1	0,8	0,2	10,6
МЯСО Б/К	22,22	20	3,6	3,1	0	42,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0

КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		120	2,5	5,1	18,9	132,1
КАРТОФЕЛЬ	136	102	1,9	0,4	16,1	76,1
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,8	19,2	0,3	0	1,6	7,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)		50	9,5	2,7	8,0	94,1
РЫБА МИНТАЙ Б/Г РАЗДЕЛАННЫЙ	70	50	7,8	0,5	0	34,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,7	6,7	0,5	0,2	3,3	17,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,2	9,4	0,1	0	0,8	3,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
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>18,8</b>	<b>13,9</b>	<b>49,9</b>	<b>403,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		150	5,2	7,6	21,8	177,0
ПШЕНО	18,2	18	2	0,5	12,3	61,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,0	28,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	7,4	5,7	46,8	267,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	56,2	56,2	5,9	0,7	38,1	182,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0	0	6,4	25,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0	0,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	17,1	17,1	0,5	0,5	0,8	10,0
			<b>12,7</b>	<b>13,3</b>	<b>75,6</b>	<b>472,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,2</b>	<b>49,8</b>	<b>173,1</b>	<b>1 357,1</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40		0,5		4,6	21,3
МОРКОВЬ	50	40	0,5	0	2,7	13,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120		19,6	11,5	22,6	277,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
КРУПА МАННАЯ	9,6	9,6	1	0,1	6,6	30,7
САХАР ПЕСОК	10,4	10,4	0	0	10,1	40,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,3	0,4	0,4	0	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,6	0	2,9	13,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,8	4,8	0,1	0,7	0,2	9,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		0,6	1,6	4,0	32,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		3,0	3,1	10,7	83,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,8	59,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>25,6</b>	<b>21,1</b>	<b>54,8</b>	<b>517,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	150		4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6	79,5
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>6,3</b>	<b>4,8</b>	<b>26,1</b>	<b>178,9</b>
<b>Обед</b>						
СУП РЫБНЫЙ	150		5,2	2,3	10,5	84,1
РЫБА МИНТАЙ Б/Г РАЗДЕЛАННЫЙ	36	25	3,9	0,2	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8

МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		150	10,6	9,8	12,2	180,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	156,3	124,9	2,1	0,1	5,7	34,0
МЯСО Б/К	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6
КРУПА РИСОВАЯ	7,1	7	0,5	0,1	5	22,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,6	12,2	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	4,9
МОРКОВЬ	8,38	6,7	0,1	0	0,5	2,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №371		30	0,3	0,3	1,7	11,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,8	1,8	0	0,3	0,1	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,4</b>	<b>12,6</b>	<b>37,9</b>	<b>336,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		120	3,7	4,0	23,3	144,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	34	34	3,6	0,4	23,3	111,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СЕРДЦЕ, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ		50	7,1	4,4	2,8	82,5
ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ	45,8	41,7	6,5	1,5	0	38,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,4	0	2,2	10,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,2	1	0,2	13,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МОРКОВЬ	3,13	2,5	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0	0	0,2	1,0
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150	0,1		15,2	61,2
ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ	13	13	0,1	0	8,3	33,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,3	5,3	0	0	4	16,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,3	143,3	0	0	0	0,0
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>13,7</b>	<b>9,2</b>	<b>60,1</b>	<b>381,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>63,0</b>	<b>47,7</b>	<b>178,9</b>	<b>1 413,8</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,0	7,3	21,9	173,0
КРУПА МАННАЯ	18	18	1,8	0,2	12,3	57,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,9	3,0	10,1	79,8
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67,5	67,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>9,8</b>	<b>15,2</b>	<b>44,9</b>	<b>355,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
МАЛЫШОК-БИО	150		4,2	4,7	6,0	85,9
КИСЛОМОЛОЧН. БИОПРОДУКТ 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6	85,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>5,7</b>	<b>5,3</b>	<b>16,3</b>	<b>138,3</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40		0,6	2,0	3,4	34,0
СВЕКЛА	49,25	39,4	0,6	0	3,4	16,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150		5,0	5,3	10,0	110,1
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0	0	0,2	1,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,1	0,6	0,1	7,6
МЯСО Б/К	22,22	20	3,6	3,1	0	42,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,9	5,2	19,3	136,1

КАРТОФЕЛЬ	153,33	115	2,2	0,5	18,1	85,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,8	1,1	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ</b>		<b>50</b>	<b>8,2</b>	<b>4,4</b>	<b>4,4</b>	<b>99,1</b>
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	45	41,9	7,3	1,6	0	51,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,3	6,3	0,5	0,2	3,1	16,0
КРУПА МАННАЯ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>			<b>5,0</b>	<b>20,1</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>18,0</b>	<b>17,1</b>	<b>50,6</b>	<b>440,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120	3,0	4,2	9,1	88,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	171,9	137,5	2,4	0,1	6,3	37,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,2	7,2	0,3	0	1,4	7,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ</b>		<b>50</b>	<b>9,8</b>	<b>3,6</b>	<b>9,9</b>	<b>111,3</b>
РЫБА МИНТАЙ Б/Г РАЗДЕЛАННЫЙ	70	50	7,8	0,5	0	34,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,7	6,7	0,5	0,2	3,3	17,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,4	0,4	0,6	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,3	8,3	0,9	0,1	5,6	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>7,0</b>	<b>28,5</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
<b>БАТОН</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>10,3</b>	<b>52,4</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>15,7</b>	<b>8,6</b>	<b>44,8</b>	<b>321,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,2</b>	<b>46,2</b>	<b>156,6</b>	<b>1 255,6</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 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 "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	150		4,5	7,4	20,0	165,4
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,5	0,1	5,4	24,3
ПШЕНО	7,5	7,5	0,9	0,2	5,1	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,3	2,3	10,4	72,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,2	0	1,2	5,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	2,3	3,4	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5		1,1	1,4		17,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,2	5	1,2	1,5	0	17,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,1	4,2	0,1	37,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>9,5</b>	<b>15,9</b>	<b>40,8</b>	<b>345,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,1	0,1	11,5	47,3
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,1	0,1	1,7	8,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>1,6</b>	<b>0,7</b>	<b>21,8</b>	<b>99,7</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С МЯСОМ	150		5,2	7,5	9,2	128,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27,78	20	3,5	3,6	0	46,2
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,8	15	0,3	0	0,7	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	12,25	9,8	0,1	0	0,7	3,3
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>120</b>	<b>4,5</b>	<b>3,6</b>	<b>20,5</b>	<b>132,3</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37,37	37	4,6	1,2	20,5	110,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,1	83,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ</b>		<b>50</b>	<b>9,2</b>	<b>9,6</b>	<b>5,9</b>	<b>146,4</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60,7	43,7	7,8	7,8	0	100,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,4	0,6	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,2	9,4	0,1	0	0,8	3,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>		<b>30</b>	<b>0,3</b>	<b>1,2</b>	<b>1,5</b>	<b>18,2</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>			<b>5,0</b>	<b>20,1</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>20,5</b>	<b>22,1</b>	<b>50,6</b>	<b>485,9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ</b>		<b>40</b>	<b>0,8</b>	<b>2,1</b>	<b>3,4</b>	<b>35,4</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	47,8	38,2	0,7	0	1,7	10,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
МОРКОВЬ	8,25	6,6	0,1	0	0,5	2,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b>		<b>180</b>	<b>10,4</b>	<b>10,1</b>	<b>25,1</b>	<b>233,3</b>
МЯСО Б/К	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6
КАРТОФЕЛЬ	199,87	149,9	2,9	0,6	23,7	111,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,6	10,6	0,1	0	0,9	4,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,1	4,1	0	3,3	0	29,8
МОРКОВЬ	10,25	8,2	0,1	0	0,6	2,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>15,2</b>	<b>61,2</b>
ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ	13	13	0,1	0	8,3	33,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,3	5,3	0	0	4	16,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,3	143,3	0	0	0	0,0
<b>БАТОН</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>10,3</b>	<b>52,4</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>14,1</b>	<b>13,0</b>	<b>62,5</b>	<b>423,1</b>

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	45,7	51,7	175,7	1 354,4
----------------	------	------	-------	---------

**МЕНЮ****Ясли 10,5 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,0	7,6	17,8	160,4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15,2	15	1,8	0,5	8,3	44,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30		2,7	6,2	10,3	107,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,2	1,5	0	17,7
			<b>7,8</b>	<b>13,8</b>	<b>35,1</b>	<b>296,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	150		4,5	0,2	6,0	46,3
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155,3	150	4,4	3,8	6	79,5
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			<b>6,0</b>	<b>2,2</b>	<b>20,9</b>	<b>129,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		5,3	5,0	10,8	109,9
МЯСО Б/К	22,22	20	3,6	3,1	0	42,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,3	1,9	0	0	0,2	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	120		2,7	2,8	28,7	151,0
КРУПА РИСОВАЯ	40,4	40	2,7	0,4	28,7	129,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,7	87,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
<b>ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ/РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ</b>	50		8,7	12,1	6,7	170,1
МЯСО Б/К	41,7	37,5	6,8	5,8	0	79,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6	6	0,5	0,2	3	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,6	15,7	0,2	0	1,3	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт.	6,4	0,8	0,7	0	9,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>	30		0,3	1,2	1,5	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>	150				5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>18,3</b>	<b>21,3</b>	<b>61,2</b>	<b>510,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ</b>	180		11,3	11,0	23,8	242,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	102,3	81,8	1,5	0,1	3,7	22,2
КАРТОФЕЛЬ	112	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,4	8,4	0,9	0,1	5,7	27,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0	0	0	0,0
МЯСО Б/К	43,44	39,1	7,1	6,1	0	82,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
МОРКОВЬ	10,25	8,2	0,1	0	0,6	2,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,9	4,1	0,1	0	0,3	1,6
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	150		2,9	3,0	10,1	79,8
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67,5	67,5	0	0	0	0,0
<b>БАТОН</b>	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,0</b>	<b>14,8</b>	<b>52,7</b>	<b>415,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>49,1</b>	<b>52,1</b>	<b>169,9</b>	<b>1 351,8</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 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 МОЛОЧНАЯ	150		5,2	7,6	21,8	177,0
ПШЕНО	18,2	18	2	0,5	12,3	61,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		3,0	3,0	11,5	85,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,2	0	1,2	5,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	97,5	97,5	2,7	3	4,5	56,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30		1,5	0,6	16,9	79,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6
			<b>9,7</b>	<b>11,2</b>	<b>50,2</b>	<b>341,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	150		4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6	79,5
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>7,4</b>	<b>4,9</b>	<b>37,3</b>	<b>227,9</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40		0,6	2,0	3,4	34,0
СВЕКЛА	49,25	39,4	0,6	0	3,4	16,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЩИ С МЯСОМ	150		5,2	5,6	7,2	103,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,8	42	0,8	0	1,9	11,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,5	0,5	0	0	0,1	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МЯСО Б/К	22,22	20	3,6	3,1	0	42,3

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,7	5,2	17,4	126,9
КАРТОФЕЛЬ	136,8	102,6	2	0,4	16,2	76,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,7	0,8	1,1	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		50	9,0	2,6	6,6	86,3
РЫБА МИНТАЙ Б/Г РАЗДЕЛАННЫЙ	70	50	7,8	0,5	0	34,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,7	6,7	0,5	0,2	3,3	17,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7	0,1	0	0,6	2,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
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>19,5</b>	<b>15,7</b>	<b>52,3</b>	<b>432,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		120	19,5	13,2	24,3	297,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,6	15,6	1,6	0,2	10,6	50,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	4,9
САХАР ПЕСОК	11,2	11,2	0	0	10,9	43,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ №366		30	0,6	1,9	1,9	27,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	4,7	6,8	87,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>25,8</b>	<b>20,4</b>	<b>43,3</b>	<b>464,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,4</b>	<b>52,2</b>	<b>183,1</b>	<b>1 466,7</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		40	0,5		4,6	21,3
МОРКОВЬ	50	40	0,5	0	2,7	13,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	10,1	12,6	2,3	163,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,82 шт.	73,26	9	8,1	0,5	111,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	39,1	39,1	1,1	1,3	1,7	22,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,9	3,0	10,1	79,8
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67,5	67,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,9	12,9	102,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>15,4</b>	<b>20,5</b>	<b>29,9</b>	<b>367,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР		150	4,5	0,2	6,0	46,3
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155,2	150	4,4	3,8	6	79,5
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>6,0</b>	<b>0,8</b>	<b>16,3</b>	<b>98,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП РЫБНЫЙ		150	5,6	2,1	9,7	80,5
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	24	24	4,3	0	0	17,1
КАРТОФЕЛЬ	56	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
ПШЕНО	3	3	0,3	0,1	2	10,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		150	10,6	9,8	12,2	180,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	156,3	124,9	2,1	0,1	5,7	34,0
МЯСО Б/К	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6
КРУПА РИСОВАЯ	7,07	7	0,5	0,1	5	22,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,6	12,2	0,2	0	1	4,9

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МОРКОВЬ	8,5	6,8	0,1	0	0,5	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №371		30	0,3	0,3	1,7	11,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,8	1,8	0	0,3	0,1	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,8</b>	<b>12,4</b>	<b>37,1</b>	<b>332,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		120	3,7	4,0	23,3	144,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	34	34	3,6	0,4	23,3	111,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ОЛАДЬИ ИЗ СЕРДЦА		50	7,5	4,3	4,4	86,2
ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ	45,8	41,7	6,5	1,5	0	38,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
КРУПА МАННАЯ	2,2	2,2	0,2	0	1,6	7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,0	28,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>12,6</b>	<b>8,5</b>	<b>43,2</b>	<b>299,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,8</b>	<b>42,2</b>	<b>126,5</b>	<b>1 098,5</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 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		5,0	7,3	21,9	173,0
КРУПА МАННАЯ	18	18	1,8	0,2	12,3	57,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>7,0</b>	<b>12,1</b>	<b>41,8</b>	<b>304,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
МАЛЫШОК-БИО	150		4,2	4,7	6,0	85,9
КИСЛОМОЛОЧН. БИОПРОДУКТ 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6	85,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>5,7</b>	<b>5,3</b>	<b>16,3</b>	<b>138,3</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКОЛЬНИК	150		5,5	7,1	11,0	132,6
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МЯСО Б/К	22,22	20	3,6	3,1	0	42,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СВЕКЛА	62,5	50	0,8	0,1	4,3	20,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	120		3,2	3,4	16,8	113,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	90	72	1,3	0,1	3,3	19,6
КАРТОФЕЛЬ	74,67	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6	0,6	0,1	3,8	18,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МОРКОВЬ	6,75	5,4	0,1	0	0,4	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		50	8,5	4,7	3,4	99,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	44,8	41,7	7,3	1,5	0	51,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,7	16,7	0,5	0,5	0,8	9,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,9	7,5	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>18,5</b>	<b>15,4</b>	<b>44,7</b>	<b>406,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		40	1,1	2,0	1,0	26,7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40,4	32,4	0,3	0	0,6	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		120	2,5	2,8	18,9	111,2
КАРТОФЕЛЬ	136	102	1,9	0,4	16,1	76,1
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,8	19,2	0,3	0	1,6	7,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		50	9,8	3,6	9,9	111,3
РЫБА МИНТАЙ Б/Г РАЗДЕЛАННЫЙ	70	50	7,8	0,5	0	34,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,7	6,7	0,5	0,2	3,3	17,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,4	0,4	0,6	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,3	8,3	0,9	0,1	5,6	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,1	0,1	11,5	47,3
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,1	0,1	1,7	8,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>14,8</b>	<b>8,7</b>	<b>49,8</b>	<b>337,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,0</b>	<b>41,5</b>	<b>152,6</b>	<b>1 186,4</b>

**МЕНЮ****Ясли 10,5 часов****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150		4,8	7,3	19,8	164,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	3,5	5,1	65,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
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	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		3,0	3,0	11,5	85,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,2	0	1,2	5,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	97,5	97,5	2,7	3	4,5	56,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>9,7</b>	<b>15,2</b>	<b>44,2</b>	<b>353,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	150		4,5	0,2	6,0	46,3
КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ	155,3	150	4,4	3,8	6	79,5
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>6,0</b>	<b>0,8</b>	<b>16,3</b>	<b>98,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150		8,4	8,4	17,3	178,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15,08	15	3,4	0,2	7	43,6
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	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27,78	20	3,5	3,6	0	46,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,8	18,8	1,4	0,5	9,4	47,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120		4,5	3,7	20,5	133,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37,37	37	4,6	1,2	20,5	110,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,1	83,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50		9,8	12,2	8,4	182,3

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60,8	43,7	7,8	7,8	0	100,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,4	0,6	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,7	3,2	0	0	0,3	1,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		30	0,3	1,2	1,5	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>24,3</b>	<b>25,7</b>	<b>61,2</b>	<b>573,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		120	1,9	6,3	12,3	113,9
КАРТОФЕЛЬ	57,2	42,9	0,9	0,2	6,8	32,0
СВЕКЛА	43	34,4	0,5	0	2,9	14,0
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	23	18,2	0,1	0	0,3	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,5	18,2	0,3	0	1,5	7,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,3	4,9	4,5	0,3	61,4
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	7,4	4,4	46,8	255,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	56,2	56,2	5,9	0,7	38,1	182,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6	0	0	6,4	25,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0	0,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	17,1	17,1	0,5	0,5	0,8	10,0
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150	0,1		16,5	66,3
ПОВИДЛО, ДЖЕМ,ВАРЕНЬЕ	15	15	0,1	0	9,6	38,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,3	5,3	0	0	4	16,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,3	143,3	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>15,7</b>	<b>15,4</b>	<b>84,4</b>	<b>538,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>55,7</b>	<b>57,1</b>	<b>206,1</b>	<b>1 563,5</b>