



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)		30	0,5	2,5	2,2	33,9
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	30	28,5	0,5	2,5	2,2	33,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		8	0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			13,1	20,2	34,3	372,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		60	1,0	3,1	9,5	70,2
СВЕКЛА	61	45,75	0,7	0	3,9	18,6
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	4,8	0,2	0	2,4	11,1
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4,8	4,8	0,1	0	3,2	13,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М.К.Б		200	5,3	8,2	16,6	166,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,8
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУР		200	7,2	11,8	16,0	200,0
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	35	28	0,4	0	1,8	9,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	15,96	0,2	0	1,3	6,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
ЧЕСНОК	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	180	180	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			19,7	23,8	90,8	662,0
Полдник						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			5,2	4,5	7,2	95,4
Ужин						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		130	9,3	7,0	55,2	320,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	65	65	6,8	0,8	44	210,6
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	39	39	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,2		9,1	37,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОН	6	3,6	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			9,5	7,0	64,3	357,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,3	55,7	211,8	1 552,4

присвоен 342-09
от 24.04.2019
И.В.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200		7,3	8,3	27,8	215,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30	30	3,6	1,8	17,9	102,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,9	21,5	59,3	491,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60		0,5	3,1	4,0	46,3
МОРКОВЬ	40,4	31,4	0,4	0	2,1	10,7
ЯБЛОКИ	15,5	13,7	0,1	0,1	1,3	6,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ	200		5,4	10,3	14,9	179,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	14,4	11,6	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,9	15,9	0,2	0	1,3	6,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80		9,9	11,5	2,0	151,3
ГОВЯДИНА Б/К	59	53,1	9,6	8,2	0	112,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,7	18,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	25,2	0,4	0,1	2	10,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,1	4,4	21,3	137,9
КАРТОФЕЛЬ	183,21	128,25	2,5	0,5	20,3	95,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,7	0,7	1,1	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50/40		6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			25,1	30,0	90,9	741,0
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	180		5,2	4,5	7,6	97,2
Варенец 2,5 % жирности	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
ПРЯНИКИ	30		1,8	1,4	22,5	109,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,8	1,4	22,5	109,8
			7,0	5,9	30,1	207,0
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85		8,1	10,6	1,4	133,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20,9	20,9	0,6	0,7	1	12,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			10,5	11,5	25,8	248,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,9	69,3	215,9	1 734,3



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,9	6,8	29,8	210,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	30	30	3,3	0,4	20	97,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			17,8	17,7	61,5	480,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	200/10		5,8	6,5	21,0	171,2
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	14	14	1,5	0,2	9,6	45,9
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,5	153,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ	80		6,2	9,2	2,0	115,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,6	0,6	0,9	11,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		150	2,8	11,8	18,5	192,3
СВЕКЛА	148,5	112,5	1,6	0,1	9,6	45,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,5	27	0,4	0,1	2,1	10,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	16,5	16,5	0,8	0	3	16,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12	12	0	11,6	0	104,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			21,0	28,2	90,2	704,9
Полдник						
КИСЕЛЬ		180	0,1	0,1	25,1	101,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	25,1	101,7
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ		100	18,5	12,3	13,1	245,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	95	95	16,6	8,3	2,8	155,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,1
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			20,9	13,2	37,5	360,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,2	59,6	224,1	1 694,8



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ	200		6,6	6,8	28,7	203,1
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,3	93,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			17,7	24,4	60,2	533,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60		0,7	3,0	5,5	52,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,8	30	0,5	0	1,4	8,1
ЯБЛОКИ	16,8	15	0,1	0,1	1,5	6,9
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СУП ГОРОХОВЫЙ	200/10		8,4	6,1	18,3	161,3
КАРТОФЕЛЬ	60	48	1	0,2	7,6	35,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,5	0,3	9,3	57,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
МОРКОВЬ	13	9,75	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,3	145,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ		200	17,0	20,5	32,4	382,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАРТОФЕЛЬ	250	175	3,4	0,7	27,6	130,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,3	1,4	2	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,4	7,5	6,7	0,4	92,0
МОРКОВЬ	22	17,6	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			32,3	30,3	104,9	821,9
Полдник						
РЯЖЕНКА		180	5,2	4,5	7,6	97,2
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			5,2	4,5	7,6	97,2
Ужин						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		180	18,3	5,9	4,2	144,1
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	228	113	17,5	1	0	79,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,2	34,2	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	40	32	0,4	0	2,1	10,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	14,4	0,2	0	1,2	5,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			20,7	6,8	28,6	259,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,3	66,4	211,1	1 758,8

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ НА МОЛОКЕ	200		7,0	6,8	29,4	207,7
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,5	19,9	61,2	483,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60		0,5	3,0	4,6	48,7
МОРКОВЬ	41,03	31,8	0,4	0	2,1	10,8
ЯБЛОКИ	29,33	25,8	0,1	0,1	2,4	11,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
БОРЩ	200		4,6	7,9	10,8	138,0
СВЕКЛА	40	30	0,5	0	2,5	12,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	26,7	21,3	0,4	0	1	5,8
МОРКОВЬ	10,4	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,1	0	0,7	3,6
КАРТОФЕЛЬ	40	32	0,6	0,1	5	23,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	200	8,0	9,8	33,9	255,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МОРКОВЬ	20	16	0,2	0	1,1	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
КРУПА РИСОВАЯ	44	43,56	2,9	0,4	31,2	140,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50/40	50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			19,3	21,4	98,0	667,8
Полдник						
СНЕЖОК	180	180				
СНЕЖОК 2,5 %	180	180	0	0	0	0,0
Ужин						
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	160	160	15,9	8,0	68,3	409,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	85,3	85,3	8,9	1,1	57,8	276,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,5	1,2	1,1	0,1	14,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,3	18,3	0,5	0,6	0,9	10,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	28,3	28,3	4,9	2,4	0,8	46,4
ДРОЖЖИ	2,7	2,7	0,3	0,1	0,1	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			16,0	8,0	77,3	445,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,6	49,5	251,7	1 661,7

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200		7,3	7,4	26,3	201,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,9	20,6	57,8	477,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60		0,9	3,1	4,8	51,5
КАРТОФЕЛЬ	20	15	0,3	0,1	2,3	11,3
МОРКОВЬ	16,8	13,2	0,2	0	0,9	4,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,6	10,2	0,1	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,2	0,1	0	0,8	4,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	10,2	6,6	0,2	0	0,4	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		6,5	8,0	22,0	191,4
МОРКОВЬ	9,8	7,8	0,1	0	0,5	2,6
КАРТОФЕЛЬ	78,2	58,7	1,2	0,2	9,3	43,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,4	7,8	0,1	0	0,6	3,1

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,3	11,7	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,5	148,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	17	16,83	1,6	0,2	11	51,4
СУФЛЕ КУРИНОЕ		200	14,3	17,1	5,0	232,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		200	0,2	0,2	12,5	52,9
ЯБЛОКИ	45	39,6	0,2	0,2	3,8	18,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168	168	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			28,1	29,1	84,3	719,0
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,1	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
			5,1	5,6	8,2	104,8
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЛЕПЕШКИ		180	7,1	9,1	39,6	273,9
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,7	0,6	22,1	104,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,6	0,3	17	81,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			9,5	10,0	64,0	388,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,0	65,7	224,1	1 737,3

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200		6,7	6,7	30,4	208,7
КРУПА МАННАЯ	30	30	3	0,3	20,6	95,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			17,6	17,6	62,1	479,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,1	4,9	52,6
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	69,6	48,6	0,9	0	1,5	11,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	3	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ	200/15		7,9	14,8	16,7	237,1
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,3	143,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0

УКРОП	2	1,4	0	0	0,1	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,014	0,014	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР		80	6,7	6,3	1,8	91,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0	0	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25	21	0,3	0	1,6	8,3
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	4,6	4,6	32,6	189,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	48	48	4,4	0,5	31,1	146,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116	116	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			26,4	29,5	104,7	796,2
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		180	5,4	0,2	7,2	55,8
Варенец 2,5 % жирности	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			5,4	0,2	7,2	55,8
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		180	22,3	15,8	26,6	349,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	17,3	17,3	0,4	2,5	0,6	34,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,2	5,2	0,6	0,1	3,5	16,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,9	51,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	103,8	103,8	18,1	9	3	170,1
КРУПА МАННАЯ	11,1	11,1	1,1	0,1	7,6	35,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,35 шт.	13,9	1,7	1,6	0,1	21,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,8	13,8	0,3	0,1	8,8	37,6
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			24,7	16,7	51,0	464,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,5	64,4	234,8	1 842,2

приказом 342-09
образовательного 2021
ИМЕНИ Республики
Ташкентской области (СЗ)
СЗ



ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160		12,2	20,9	4,2	254,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	2,5	3,7	46,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,3	7,3	0	7,1	0	63,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			19,8	34,1	35,7	530,6
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	100		0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111	100	0,4	0,3	10,3	47,0
			0,4	0,3	10,3	47,0
Обед						
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60		0,7	3,0	4,2	47,5
СВЕКЛА	13,16	10,2	0,2	0	0,9	4,2
МОРКОВЬ	10,07	7,8	0,1	0	0,5	2,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,5	18	0,3	0	0,8	4,9
ЯБЛОКИ	22,5	19,8	0,1	0,1	1,8	9,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР	200		6,2	8,5	22,3	196,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
СВЕКЛА	100	75	1,1	0,1	6,4	30,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,7	6,4	0,1	0	0,5	2,5
МОРКОВЬ	16,8	13	0,2	0	0,9	4,5
КАРТОФЕЛЬ	100	80	1,6	0,3	12,6	59,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9

УКРОП	0,7	0,52	0	0	0	0,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
АЗУ		200	9,0	12,6	24,7	248,4
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	12	0,2	0	1	4,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,8	2,8	0,1	0	0,5	2,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	12	0,1	0	0,2	1,6
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,7	0,6	22,1	104,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	14	11,2	0,1	0	0,8	3,8
ЧЕСНОК	0,03	0,03	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			22,1	24,8	99,9	717,5
Полдник						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			7,5	7,4	29,5	220,5
Ужин						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		150	7,7	7,6	29,4	218,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	43	43	4,6	0,6	29,4	140,9
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3,1	3,9	0	48,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			10,1	8,5	53,8	333,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,9	75,1	229,2	1 848,7

Утверждаю

приказом 372-09
от 19.09.2009 г.
общественный инспектор
по охране труда
И.Б.



MEHIO

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,7	6,7	31,1	208,8
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			16,6	17,6	62,8	479,2
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60		0,6	3,0	1,7	37,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	53,4	53,4	0,4	0,1	0,9	6,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,28	9,48	0,1	0	0,8	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ	200		6,0	12,5	13,5	195,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,2	28	0,5	0	1,3	7,6
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	14,4	11,2	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	5,6	4,8	0,1	0	0,3	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
БЕФСТРОГАНОВ		80	6,8	11,9	5,3	160,1
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,9	19,2	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0	5,4	0	48,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	17	12,75	0,2	0	0,9	4,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,7	9,0	35,4	253,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,4	1,9	33,3	179,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,1	90,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,2	0,1	12,6	53,9
ЯБЛОКИ	23	20,24	0,1	0,1	1,9	9,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	23	19,55	0,2	0	2	9,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166	166	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			27,5	37,2	108,5	891,3
Полдник						
СНЕЖОК		180				
СНЕЖОК 2,5 %	180	180	0	0	0	0,0
Ужин						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		200	7,6	2,9	16,3	122,0
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	30	30	5,2	0	0	20,9
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	16,52	12,8	0,2	0	0,9	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,62	6,4	0,1	0	0,5	2,5
ПШЕНО	9	8,91	1	0,2	6,1	30,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
УКРОП	0,7	0,52	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,2		9,1	37,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОН	6	3,6	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			10,1	3,8	40,8	238,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,7	59,1	233,1	1 704,6

приказом 344-09
от 10.10.2021 г.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	200		7,0	7,2	30,1	214,3
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			18,0	18,2	61,5	484,9
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	18	18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60		0,9	3,0	5,2	51,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	42	33,6	0,6	0	1,6	9,1
СВЕКЛА	18	14,4	0,2	0	1,3	5,8
МОРКОВЬ	11	8,8	0,1	0	0,6	3,0
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СУП С ЯЙЦОМ "КУРОЧКА РЯБА"	200/10		6,0	11,6	12,5	184,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	91,9	64,3	1,3	0,3	10,2	48,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,33 шт.	13,2	1,6	1,5	0,1	20,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,2	11,9	0,2	0	1	4,8
МОРКОВЬ	16,3	12,6	0,2	0	0,9	4,3

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	141,8	141,8	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		80	15,3	18,4	2,0	234,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	43,2	7,7	7,7	0	99,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20,2	0,3	0	1,6	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		130	3,3	3,6	20,8	128,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,4	30,4	3,2	0,4	20,8	99,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52	52	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,4	0,2	13,9	65,1
ШИПОВНИК СУХОЙ	11	11	0,4	0,2	5,1	30,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			32,1	37,5	94,4	854,9
Полдник						
КИСЕЛЬ		180	0,1	0,1	25,1	101,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	25,1	101,7
Ужин						
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"		130	10,4	9,2	73,5	417,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	91	91	9,5	1,2	61,7	294,8
ДРОЖЖИ	3	3	0,4	0,1	0,1	2,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,6	0,3	0,3	0	4,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4,6	4,6	0,1	0	2,9	12,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,1	37,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			10,5	9,2	82,5	454,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,7	65,0	263,5	1 895,6

приказом 342-р
от 27.10.2021г.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		6,4	7,0	30,6	211,6
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			13,9	20,1	62,4	487,4
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10		5,6	11,8	13,0	185,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	28	22,4	0,4	0	1,1	6,1
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,4	6,2	0,2	0	0,4	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,5	147,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	80		7,9	7,9	0,4	104,5

ОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,7	14,7	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	6,7	6,7	0,2	0,2	0,3	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		150	2,8	11,8	18,5	192,3
СВЕКЛА	148,5	112,5	1,6	0,1	9,6	45,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,5	27	0,4	0,1	2,1	10,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	16,5	16,5	0,8	0	3	16,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12	12	0	11,6	0	104,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			22,5	32,2	80,6	708,2
Полдник						
РЯЖЕНКА		180	5,2	4,5	7,6	97,2
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			5,2	4,5	7,6	97,2
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		120	22,2	16,2	13,9	290,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	121,2	120	21	10,5	3,5	196,7
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	10,8	10,8	0	0	10,5	41,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			24,6	17,1	38,3	405,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,6	74,3	198,7	1 745,1

приказом 342-ор
от 24.10.2021г.

И.Б.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 12



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		6,0	6,7	24,9	185,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	22	22	2,3	0,3	15	72,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			13,6	19,9	56,4	461,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60		1,1	6,2	6,6	86,4
КАРТОФЕЛЬ	43	30,1	0,6	0,1	4,8	22,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,0	11,6	12,7	181,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	56,3	39,1	0,7	0	1,2	8,7
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,5	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0	0	0,2	0,8

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,4	156,4	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		200	17,7	14,5	13,4	270,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	73,6	68,5	11,9	2,4	0	84,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,5	10,5	1,1	0,1	7,1	34,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	105,3	105,3	3	3,3	4,8	61,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,1	17,6	0,2	0	1,4	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,2	0,1	12,6	53,9
ЯБЛОКИ	23	20,24	0,1	0,1	1,9	9,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	23	19,55	0,2	0	2	9,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166	166	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			30,2	33,1	85,3	782,6
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,1	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ		180	5	5,6	8,2	104,8
			5,1	5,6	8,2	104,8
Ужин						
РОГАЛИК С ТВОРОГОМ		160	15,9	8,0	68,3	409,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	85,3	85,3	8,9	1,1	57,8	276,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,5	1,2	1,1	0,1	14,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,3	18,3	0,5	0,6	0,9	10,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	28,3	28,3	4,9	2,4	0,8	46,4
ДРОЖЖИ	2,7	2,7	0,3	0,1	0,1	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,2		9,1	37,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОН	6	3,6	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			16,1	8,0	77,4	447,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,4	67,0	237,1	1 842,5

Утверждаю

приказом 342-09
от 09.01.09

Я.Б.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,9	6,8	29,8	210,5
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	30	30	3,3	0,4	20	97,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			17,8	17,7	61,5	480,9
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	100		0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111	100	0,4	0,3	10,3	47,0
			0,4	0,3	10,3	47,0
Обед						
СУП "ХАРЧО" НА М/К БУЛЬОНЕ	200		5,8	7,6	22,3	186,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,4	15,2	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
УКРОП	0,7	0,52	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,4	190,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	110	88	1,7	0,4	13,9	65,8
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
КРУПА РИСОВАЯ	7	6,93	0,5	0,1	4,9	22,4
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУР	200		7,2	11,8	16,0	200,0
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0

МОРКОВЬ	35	28	0,4	0	1,8	9,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	15,96	0,2	0	1,3	6,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
ЧЕСНОК	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50/40		6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			19,2	20,1	87,0	611,8
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	180		5,4	0,2	7,2	55,8
Варенец 2,5 % жирности	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			5,4	0,2	7,2	55,8
Ужин						
СУХАРНИК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160		7,7	8,7	27,8	220,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	1,3	1,6	9,9	58,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,7	24,7	1,8	0,7	12,3	62,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	53,3	53,3	1,5	1,3	2,5	27,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,62 шт.	24,8	3	2,8	0,2	37,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			7,8	8,7	36,8	256,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,6	47,0	202,8	1 452,2

Утверждаю



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ НА МОЛОКЕ	200		7,0	6,8	29,4	207,7
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,6	20,0	60,9	483,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,3	0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	200/10/10		4,3	7,6	11,5	137,0
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,8	139,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80/40		7,4	11,0	10,7	171,8

ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,9	25,8	0,4	0,1	2	10,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,1	6,1	0	5,9	0	53,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34	34	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
МОРКОВЬ	18,3	13,8	0,2	0	1	4,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,4	20,5	0,3	0	1,6	8,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,9	3,9	0,2	0	0,7	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		150	3,1	4,3	23,4	145,0
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
МОРКОВЬ	19	15,2	0,2	0	1	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27	22,68	0,3	0	1,8	9,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8	0	3,7	0	33,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			21,3	23,6	95,0	684,6
Полдник						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	22,5	103,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	22,5	103,0
			6,0	5,5	29,7	198,4
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		150	10,3	17,7	12,8	252,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	6	0,1	54,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,3	10,3	1,1	0,1	7	33,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,9	46,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,8	2,8	0	0	0	0,0
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	60	43,2	6,7	0,3	0	28,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,4	9,4	0	9,1	0	82,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МОРКОВЬ	25	18,75	0,2	0	1,3	6,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	70	70	1,9	2,1	3,2	40,7
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			12,7	18,6	37,2	367,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,4	67,9	238,0	1 798,6

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 15



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200		7,3	8,3	27,8	215,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30	30	3,6	1,8	17,9	102,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,8	21,4	59,6	491,1
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10		7,0	8,1	19,3	182,6
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	11,3	11,3	1,2	0,1	7,8	37,1
МОРКОВЬ	10,1	8,1	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,5	153,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ГОЛУБЦЫ	200		9,4	12,3	12,6	200,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	121,5	96,3	1,6	0,1	4,4	26,2
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
КРУПА РИСОВАЯ	7,4	7,4	0,5	0,1	5,3	23,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	13,3	10,4	0,1	0	0,7	3,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,8	4,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,1	31,1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ		180	0,2	0,1	12,6	53,9
ЯБЛОКИ	23	20,24	0,1	0,1	1,9	9,2
ВИШНЯ	23	19,55	0,2	0	2	9,9
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,2	151,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			22,8	21,2	84,5	627,4
Полдник						
СНЕЖОК		180				
СНЕЖОК 2,5 %	180	180	0	0	0	0,0
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		150	3,6	4,3	20,9	136,9
КАРТОФЕЛЬ	160,71	112,5	2,2	0,5	17,8	84,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,3	1,4	2	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			6,0	5,2	45,3	251,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,1	48,3	210,4	1 466,3

приказом 342-09.
2021г.
Н.Б.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 16



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ	200		6,6	6,8	28,7	203,1
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,3	93,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ СБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,2	20,0	60,2	479,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,0	2,9	43,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	67	53,6	1	0,1	2,4	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,17	0,17	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СУП НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200		5,1	7,5	16,1	157,7
МОРКОВЬ	17	12,75	0,2	0	0,9	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	110	88	1,7	0,4	13,9	65,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
УКРОП	0,7	0,52	0	0	0	0,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0

БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		70	14,3	15,7	3,6	213,2
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,4	15,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28	23,5	0,3	0	1,8	9,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	28	28	0,8	0,9	1,3	16,3
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,7	3,7	38,5	202,2
КРУПА РИСОВАЯ	54,1	53,6	3,7	0,5	38,5	173,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	225	225	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,4	0,2	13,9	65,1
ШИПОВНИК СУХОЙ	11	11	0,4	0,2	5,1	30,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			30,7	30,8	115,0	872,0
Полдник						
КИСЕЛЬ		180	0,1	0,1	25,1	101,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	25,1	101,7
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		85	8,1	10,4	1,4	131,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,9	20,9	0,6	0,5	1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			10,5	11,3	25,8	246,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,9	62,6	235,9	1 746,6



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,7	6,7	31,1	208,8
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			13,2	19,8	62,9	484,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60		1,6	3,1	5,1	55,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	45	29,3	0,9	0,1	1,8	11,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	18	18	0,3	0	0,5	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	15	10,5	0,2	0	1,6	7,9
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С РЫБОЙ	70/150		8,7	7,5	13,3	162,1
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	33,5	33,5	5,9	0	0	23,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	67	53,6	1	0,1	2,4	14,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КАРТОФЕЛЬ	75	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,4	13,4	0,1	0	0,2	1,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		200	7,0	10,5	18,8	197,7
КАРТОФЕЛЬ	147	102,9	2	0,4	16,3	76,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,4	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
ЧЕСНОК	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			23,5	21,8	85,9	640,4
Полдник						
РЯЖЕНКА		180	5,2	4,5	7,6	97,2
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			5,2	4,5	7,6	97,2
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		100/10	18,9	13,7	18,9	279,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	90	90	15,7	7,9	2,6	147,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,1
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0	0	5,3	21,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,6	26,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,2		9,1	37,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОН	6	3,6	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			21,4	14,6	43,4	395,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,7	61,1	209,6	1 664,6

приказом 342-09
от 24.10.2021 г.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		7,3	7,4	26,3	201,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			18,3	18,4	57,7	472,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60		1,0	3,0	5,3	52,9
КАРТОФЕЛЬ	21,4	15	0,3	0,1	2,3	11,3
СВЕКЛА	15,5	12	0,2	0	1,1	4,9
МОРКОВЬ	11,6	9	0,1	0	0,6	3,1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,5	4,9	0,2	0	0,3	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	200/10/10		5,3	8,1	17,8	170,6
КАРТОФЕЛЬ	51,8	38,8	0,8	0,2	6,1	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,7	6,5	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	8,3	6,5	0,1	0	0,4	2,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,8	139,8	0	0	0	0,0

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,6	20,7	1,6	0,6	10,3	52,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ С МЯСОМ	200	12,4	13,7	29,8	291,9	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	39	39	4,2	0,5	26,7	127,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,9	176,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
МОРКОВЬ	13,4	10,4	0,1	0	0,7	3,5
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27,8	27,8	0,8	0,9	1,3	16,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50/40	6,2	0,7	40,0	190,8	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
		24,9	25,5	101,6	741,0	
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	5,6	8,2	104,8	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
		5,1	5,6	8,2	104,8	
Ужин						
ОЛАДЬИ СО СМЕТАНОЙ	75	6,7	8,5	41,0	271,2	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55,5	55,5	5,8	0,7	37,6	179,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	0,4	0,3	0	4,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		10,0	42,7	
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
		6,8	8,5	51,0	313,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		55,5	58,4	228,3	1 679,0	

Утверждаю
приказом 348-09
от 24.10.2024 г.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200		6,7	6,7	30,4	208,7
КРУПА МАННАЯ	30	30	3	0,3	20,6	95,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,1	5,6	16,3	137,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,2	19,8	62,2	484,5
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	18	18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60		0,5	3,0	4,6	48,7
МОРКОВЬ	41,03	31,8	0,4	0	2,1	10,8
ЯБЛОКИ	29,33	25,8	0,1	0,1	2,4	11,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10		4,3	11,8	8,8	163,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	19,4	15,5	0,3	0	0,7	4,2
КАРТОФЕЛЬ	51,8	38,8	0,8	0,2	6,1	29,0
МОРКОВЬ	9,7	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,4	7,8	0,1	0	0,6	3,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	9,4	6,2	0,2	0	0,4	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,3	0	38,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,5	147,5	0	0	0	0,0

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	8,0	9,8	33,9	255,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МОРКОВЬ	20	16	0,2	0	1,1	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
КРУПА РИСОВАЯ	44	43,56	2,9	0,4	31,2	140,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50/40	6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			19,0	25,3	96,0	693,0
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		180	5,4	0,2	7,2	55,8
Варенец 2,5 % жирности	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			5,4	0,2	7,2	55,8
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		160	3,7	6,2	21,2	160,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	163,1	114,1	2,2	0,5	18	85,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	3,3	3,2	0,7	0,9	0	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			6,1	7,1	45,6	275,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,7	52,4	211,0	1 508,7

приказ № 342-09
от 10.10.2021 г.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	200		7,0	7,2	30,1	214,3
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,2	5,7	16,0	137,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			14,6	20,4	61,6	490,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		6,3	11,7	23,7	231,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,8	12,1	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,1	146,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	17	16,83	1,6	0,2	11	51,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200		8,0	8,6	10,4	153,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	220	176	3,1	0,2	8,1	47,8

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
УКРОП	2	1,48	0	0	0,1	0,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	35	25,2	4,5	4,5	0	58,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				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	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,17	0,17	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50/40		6,2	0,7	40,0	190,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			20,5	21,0	82,8	609,8
Полдник						
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			7,5	7,4	29,5	220,5
Ужин						
МАКАРОНЫ С КАБАЧКОВОЙ ИКРОЙ	150		3,9	4,5	24,7	154,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	10	9,5	0,2	0,8	0,7	11,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,7	2,8	13,1	88,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			8,9	8,2	53,2	322,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,9	57,4	236,9	1 689,6