

приказ № 342-ог.
2021-09.
И.Б.



МЕНЮ

Ясли 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)		27	0,5	2,3	2,0	30,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	27	25,7	0,5	2,3	2	30,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6	0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			11,5	17,2	26,6	306,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		120	0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			0,6	0,1	12,1	51,6
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		40	0,7	2,1	6,4	47,0
СВЕКЛА	41,3	31	0,5	0	2,6	12,6
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	2	3,2	0,2	0	1,6	7,4
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3,2	3,2	0,1	0	2,1	9,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М.К.Б		180	4,4	7,1	12,4	135,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	42	29,4	0,6	0,1	4,7	21,9
КРУПА РИСОВАЯ	7,2	7,2	0,5	0,1	5,1	23,3
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	18	13,5	2,4	2,1	0	28,5

МАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУР		160	6,3	9,7	13,1	166,1
КАРТОФЕЛЬ	75	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
МОРКОВЬ	28	22,4	0,3	0	1,5	7,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,2	43,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
ЧЕСНОК	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			16,2	19,4	70,7	527,6
Полдник						
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6	79,5
			4,4	3,8	6,0	79,5
Ужин						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		110	7,5	5,1	46,9	263,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,3	1,8	23,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1		8,0	33,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			7,6	5,1	54,9	296,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,3	45,6	170,3	1 261,6

Утверждаю
приказом 342-сг
от 24.10.2022



МЕНЮ

Ясли 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"	150		5,5	6,2	19,9	158,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			11,4	16,5	44,0	371,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40		0,3	2,1	2,7	30,8
МОРКОВЬ	26,9	20,9	0,3	0	1,4	7,1
ЯБЛОКИ	10,3	9,1	0	0	0,9	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ	150		5,1	8,2	13,3	152,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	11	8,8	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	20	15	2,7	2,3	0	31,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8,2	9,3	1,4	121,7
ГОВЯДИНА Б/К	49	44,1	8	6,9	0	93,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,5	3,4	17,1	108,9
КАРТОФЕЛЬ	146,57	102,6	2	0,4	16,2	76,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,6	0,8	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	2,0	2,0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			20,9	23,5	73,3	592,6
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		150	4,4	3,8	6,3	81,0
Варенец 2,5 % жирности	150	150	4,4	3,8	6,3	81,0
ПРЯНИКИ		25	1,5	1,2	18,8	91,5
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	25	25	1,5	1,2	18,8	91,5
			5,9	5,0	25,1	172,5
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		65	5,4	7,4	1,0	92,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,5	0,8	9,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			7,0	8,0	19,2	177,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,6	53,4	170,9	1 358,4

МЕНЮ

Ясли 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	150		5,3	5,2	21,2	155,2
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	20	20	2,1	0,2	13,3	65,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5,0	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			13,4	13,4	45,4	358,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	180/15		5,8	6,8	15,6	151,1
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	23,0
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	10,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,7	134,7	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	19,44	3,4	3,5	0	44,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ	60		5,4	7,7	1,5	96,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	14,6	14,6	0,4	0,5	0,7	8,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		120	2,2	9,4	14,7	153,6
СВЕКЛА	118,8	90	1,4	0,1	7,7	36,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,2	21,6	0,3	0	1,7	8,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13,2	13,2	0,6	0	2,4	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,4	20,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,6	9,6	0	9,3	0	83,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			18,2	24,4	70,6	580,4
Полдник						
КИСЕЛЬ		150	0,1	0,1	20,9	84,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	20,9	84,8
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ		75	13,4	9,9	10,6	191,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	71	70	12,2	6,1	2	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1	0	7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			15,0	10,5	28,8	276,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,1	48,8	175,0	1 344,6

МЕНЮ

Ясли 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		150	5,0	5,3	20,5	150,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6	0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			13,2	18,5	44,6	398,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		40	0,5	2,0	3,6	35,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,2	20	0,4	0	0,9	5,4
ЯБЛОКИ	11,2	10	0	0	1	4,6
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СУП ГОРОХОВЫЙ		180/10	6,3	4,9	13,0	121,3
КАРТОФЕЛЬ	48,7	36,5	0,7	0,1	5,7	27,3
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,2	13,2	2,9	0,2	6,1	38,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,3	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	9,1	7,3	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,5	131,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	18	13,5	2,4	2,1	0	28,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ		160	13,9	16,4	24,7	303,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,1	0	0,9	4,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	35	35	1	1,1	1,6	20,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,2 шт.	48,3	5,9	5,4	0,3	73,5
МОРКОВЬ	18	13,5	0,2	0	0,9	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			25,5	23,8	80,1	638,7
Полдник						
РЯЖЕНКА		150	4,4	3,8	6,3	81,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6,3	81,0
			4,4	3,8	6,3	81,0
Ужин						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		150	15,3	4,9	3,5	120,5
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	189	94,5	14,6	0,9	0	66,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	33	26,4	0,3	0	1,7	8,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12	0,2	0	1	4,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,2	4,2	0,2	0	0,8	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			16,9	5,5	21,7	205,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,4	52,0	162,0	1 368,3

МЕНЮ

Если 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	150		5,3	5,3	21,0	153,3
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			11,2	15,6	45,3	366,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120		0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			0,6	0,1	12,1	51,6
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40		0,3	2,0	3,1	32,5
МОРКОВЬ	27,35	21,2	0,3	0	1,5	7,2
ЯБЛОКИ	19,55	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
БОРЩ	150		3,9	6,2	8,1	107,8
СВЕКЛА	30	22,5	0,3	0	1,9	9,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
МОРКОВЬ	7,8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	30	24	0,5	0,1	3,8	17,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		170	7,0	11,3	29,4	247,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	11	8,8	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
КРУПА РИСОВАЯ	39	38,61	2,6	0,4	27,7	124,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			16,0	20,0	79,4	567,0
Полдник						
СНЕЖОК		150				
СНЕЖОК 2,5 %	150	150	0	0	0	0,0
Ужин						
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		110	12,8	5,7	59,4	340,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	77	77	8,1	1	52,2	249,5
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2	0,8	0,7	0	9,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,4	0,4	0,6	7,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	3,4	1,6	0,6	31,8
ДРОЖЖИ	1,8	1,8	0,2	0	0	1,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,04	0,04	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	146,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			12,9	5,7	67,3	372,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,7	41,4	204,1	1 357,4

присвоил 342-09
от 24.10.2021 г.**МЕНЮ****Ясли 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	150		5,5	5,6	18,9	149,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,4	0,7	11	59,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			11,4	15,9	43,0	362,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40		0,6	2,1	3,2	34,4
КАРТОФЕЛЬ	13,4	10	0,2	0	1,6	7,5
МОРКОВЬ	11,2	8,8	0,1	0	0,6	3,1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	8,4	6,8	0,1	0	0,1	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,8	0,1	0	0,6	2,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6,8	4,4	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		5,3	6,0	16,1	141,6
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,2	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ГОВЯДИНА Б/К	18	16,2	2,9	2,5	0	34,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
УКРОП	0,5	0,37	0	0	0	0,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	12	11,88	1,1	0,1	7,7	36,3
СУФЛЕ КУРИНОЕ		160	11,3	13,5	3,9	182,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	2,5	3,7	46,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		150	0,1	0,1	10,5	44,2
ЯБЛОКИ	33	29,04	0,1	0,1	2,7	13,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			22,1	22,2	64,8	551,1
Полдник						
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
			4,2	4,7	6,8	87,3
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЛЕПЕШКИ		150	5,6	7,4	32,4	222,2
КАРТОФЕЛЬ	166,7	116,7	2,2	0,5	18,4	87,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			7,2	8,0	50,6	306,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,3	51,2	174,5	1 352,4

приказом 342-сг
2021 г.

МЕНЮ

Ясли 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		150	5,1	5,2	21,6	154,0
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			13,2	13,4	45,8	357,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		40	0,6	2,0	3,3	35,1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	46,4	32,4	0,6	0	1	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	2	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ		150/15	5,2	10,7	14,3	178,5
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	7	5,6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6	0,5	0,1	3,1	14,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	18	16,2	2,9	2,5	0	34,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9

УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,014	0,014	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР		60	5,8	5,5	1,4	78,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
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	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	3,6	5,8	25,5	168,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	38	37,62	3,4	0,4	24,4	114,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,8	92,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			20,0	24,5	83,3	639,4
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		150	4,5	0,2	6,0	46,5
Варенец 2,5 % жирности	150	150	4,4	3,8	6,3	81,0
			4,5	0,2	6,0	46,5
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		130	16,1	11,3	19,0	250,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,4	0	2,5	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,1	6,6	2,2	123,0
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6,4	27,3
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			17,7	11,9	37,2	335,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,8	50,4	181,6	1 422,9

приказ № 342-од
от 10.10.2021г

И.Б.



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	9,1	15,9	3,2	192,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,8	2,7	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,9	5,9	0	5,7	0	51,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6	0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			15,0	26,2	27,3	406,0
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		95	0,4	0,3	9,8	44,7
ГРУША	105,5	95	0,4	0,3	9,8	44,7
			0,4	0,3	9,8	44,7
Обед						
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ		40	0,5	2,0	2,8	31,7
СВЕКЛА	8,77	6,8	0,1	0	0,6	2,8
МОРКОВЬ	6,71	5,2	0,1	0	0,4	1,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
ЯБЛОКИ	15	13,2	0,1	0,1	1,3	6,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР		180	5,6	7,5	20,1	174,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
СВЕКЛА	90	67,5	1	0,1	5,7	27,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,5	18	0,3	0	0,8	4,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8	0,1	0	0,5	2,3
МОРКОВЬ	15,1	11,7	0,2	0	0,8	4,0
КАРТОФЕЛЬ	90	72	1,4	0,3	11,3	53,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
УКРОП	0,5	0,37	0	0	0	0,1

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
АЗУ		160	7,9	10,3	19,7	203,0
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	16	9,6	0,1	0	0,2	1,2
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	11	8,8	0,1	0	0,6	3,0
ЧЕСНОК	0,02	0,02	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			18,8	20,3	81,4	588,4
Полдник						
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 2,5 % 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
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			5,9	5,8	20,9	162,9
Ужин						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		110	5,3	5,4	20,5	152,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2	2,6	7,0	32,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			6,9	6,0	38,7	236,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,0	58,6	178,1	1 438,8

приказом 342-09
2021 г.
Вино Л.Б.



МЕНЮ

Ясли 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	150		4,5	5,2	22,1	154,1
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			12,6	13,4	46,3	357,4
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	95		1,4	0,5	20,0	91,2
БАНАН	135,71	95	1,4	0,5	20	91,2
			1,4	0,5	20,0	91,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40		0,4	2,0	1,2	24,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	35,6	35,6	0,3	0	0,6	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,52	6,32	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ	180		5,0	9,7	12,0	159,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	32	25,6	0,5	0	1,2	7,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	5	4,3	0,1	0	0,3	1,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	13	2,3	2,3	0	30,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
БЕФСТРОГАНОВ		60	6,1	9,8	4,1	132,4
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,2	14,4	0,2	0	1,2	5,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	6,3	6,9	28,5	201,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50	49,5	6	1,6	27,5	147,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,2	0,1	10,7	45,1
ЯБЛОКИ	17	14,96	0,1	0,1	1,5	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	17	14,45	0,1	0	1,5	7,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			22,8	29,0	87,6	711,0
Полдник						
СНЕЖОК		150				
СНЕЖОК 2,5 %	150	150	0	0	0	0,0
Ужин						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		180	6,4	2,6	14,0	104,6
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	25	25	4,4	0	0,0	17,4
КАРТОФЕЛЬ	72	50,4	1	0,2	8	37,6
МОРКОВЬ	14,9	11,5	0,1	0	0,8	3,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8	0,1	0	0,5	2,3
ПШЕНО	7	6,93	0,8	0,2	4,8	23,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
УКРОП	0,5	0,37	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1		8,0	33,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			8,0	3,2	32,3	190,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,8	46,1	186,2	1 349,8

приказ № 342-09
2021

МЕНЮ

Ясли 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	150		5,3	5,5	21,5	157,7
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			13,4	13,7	45,5	361,2
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120		0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			0,6	0,1	12,1	51,6
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40		0,6	2,0	3,5	34,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	28	22,4	0,4	0	1,1	6,1
СВЕКЛА	12	9,6	0,1	0	0,8	3,9
МОРКОВЬ	7,6	6	0,1	0	0,4	2,0
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СУП С ЯЙЦОМ "КУРОЧКА РЯБА"	150/10		5,0	9,3	9,5	145,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9,07	0,1	0	0,7	3,6
МОРКОВЬ	12,4	9,61	0,1	0	0,7	3,3

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		60	10,2	12,6	1,5	159,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	40	28,8	5	5,1	0	66,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,12	0,2	0	1,2	6,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		110	2,8	2,7	17,6	106,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25,7	25,7	2,7	0,3	17,6	84,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,3	0,1	12,0	55,8
ШИПОВНИК СУХОЙ	9	9	0,3	0,1	4,2	24,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			23,7	27,2	75,2	650,3
Полдник						
КИСЕЛЬ		150	0,1	0,1	20,9	84,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	20,9	84,8
Ужин						
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"		110	8,8	7,8	62,2	353,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	77	77	8,1	1	52,2	249,5
ДРОЖИ	2,5	2,5	0,3	0,1	0,1	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,6	7,6	0	0	7,4	29,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,2	0,3	0,3	0	3,4
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3,9	3,9	0,1	0	2,5	10,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,4	31,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1	0,1	7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			8,9	7,8	70,1	385,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,7	48,9	223,8	1 533,7



МЕНЮ

Ясли 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"	150		4,9	5,4	21,8	155,9
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			10,8	15,7	46,1	368,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/10		5,0	9,4	11,6	155,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,1	0,1	0	0,6	2,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	8,5	5,6	0,2	0	0,4	2,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,1	134,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ГОВЯДИНА Б/К	18	16,2	2,9	2,5	0	34,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	60		6,8	6,8	0,3	89,5

ОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3/10 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,2	0,2	2,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		120	2,2	9,4	14,7	153,6
СВЕКЛА	118,8	90	1,4	0,1	7,7	36,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,2	21,6	0,3	0	1,7	8,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13,2	13,2	0,6	0	2,4	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,4	20,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,6	9,6	0	9,3	0	83,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			18,8	26,1	65,4	577,5
Полдник						
РЯЖЕНКА		150	4,4	3,8	6,3	81,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6,3	81,0
			4,4	3,8	6,3	81,0
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		100	18,5	13,5	11,6	242,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	101	100	17,5	8,7	2,9	163,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,4	0,2	8,8	42,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/15 шт.	2,7	0,3	0,3	0	4,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			20,1	14,1	29,8	326,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,5	60,1	156,9	1 398,7



МЕНЮ

Ясли 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	150		4,7	5,2	18,2	139,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			10,6	15,5	42,3	352,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,7	5,1	4,6	67,6
КАРТОФЕЛЬ	30	21	0,4	0,1	3,3	15,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	10	8	0,1	0	0,4	2,1
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
МОРКОВЬ	7	5,6	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5		4,5	9,2	11,3	150,9
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	51,1	35,5	0,6	0	1,1	8,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	7	5,6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0	0	0,1	0,7

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	141,9	141,9	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		160	13,8	11,9	11,9	221,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	50	46,5	8,1	1,6	0	57,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,6	9,6	1	0,1	6,5	31,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,12	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,2	0,1	10,7	45,1
ЯБЛОКИ	17	14,96	0,1	0,1	1,5	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	17	14,45	0,1	0	1,5	7,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			24,0	26,8	69,6	632,7
Полдник						
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
			4,2	4,7	6,8	87,3
Ужин						
РОГАЛИК С ТВОРОГОМ		110	12,8	5,7	59,4	340,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	77	77	8,1	1	52,2	249,5
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	24,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2	0,8	0,7	0	9,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,4	0,4	0,6	7,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	3,4	1,6	0,6	31,8
ДРОЖЖИ	1,8	1,8	0,2	0	0	1,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,04	0,04	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1		8,0	33,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			12,9	5,7	67,4	373,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,1	53,1	195,4	1 490,7

3-2-98
3-2-98
Иванов Н.Б.



ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		150	5,3	5,2	21,2	155,2
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	20	20	2,1	0,2	13,3	65,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5,5	64,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			13,4	13,4	45,4	358,5
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		95	0,4	0,3	9,8	44,7
ГРУША	105,5	95	0,4	0,3	9,8	44,7
			0,4	0,3	9,8	44,7
Обед						
СУП "ХАРЧО" НА М/К БУЛЬОНЕ		180	5,0	6,2	18,8	155,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	18	13,5	2,4	2,1	0	28,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,6	13,7	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
УКРОП	0,5	0,37	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171,4	171,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	90	72	1,4	0,3	11,3	53,7
ЧЕСНОК	0,9	0,8	0,1	0	0,2	1,2
КРУПА РИСОВАЯ	6,3	6,2	0,4	0,1	4,5	20,0
МОРКОВЬ	13,5	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУР		160	6,3	9,7	13,1	166,1
КАРТОФЕЛЬ	75	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
МОРКОВЬ	28	22,4	0,3	0	1,5	7,6

ОК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,2	43,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
ЧЕСНОК	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			16,1	16,4	70,7	500,6
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		150	4,5	0,2	6,0	46,5
Варенец 2,5 % жирности	150	150	4,4	3,8	6,3	81,0
			4,5	0,2	6,0	46,5
Ужин						
СУХАРНИК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		120	5,7	6,3	20,4	161,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	13,8	13,8	1	1,2	7,5	43,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,5	18,5	1,4	0,5	9,2	47,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,46 шт.	18,6	2,3	2	0,1	28,3
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			5,8	6,3	28,3	193,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,2	36,6	160,2	1 144,2



МЕНЮ

Ясли 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	150		5,3	5,3	21,0	153,3
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			11,2	15,6	45,1	366,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120		0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			0,6	0,1	12,1	51,6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	40		0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЁНЫЕ	40	40	0,3	0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	180/15/10		3,9	6,8	10,4	122,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0	0	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/30		6,6	9,5	8,8	147,0

ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,3	21,1	0,3	0	1,6	8,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,3	4,3	0,5	0,1	2,9	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,8	27,8	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		120	2,5	3,4	18,8	116,2
КАРТОФЕЛЬ	145	101,5	1,9	0,4	16	75,9
МОРКОВЬ	15,6	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22	18,48	0,3	0	1,5	7,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			18,1	20,2	77,5	570,0
Полдник						
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6	79,5
ВАФЛИ		20	0,5	0,6	15,0	68,7
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15	68,7
			4,9	4,4	21,0	148,2
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	10,0	15,1	10,4	218,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,9	8,9	1	0,1	6	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,7	40,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,2	2,2	0	0	0	0,0
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	65	46,8	7,3	0,3	0	31,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,2	8,2	0	8	0	71,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	5,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			11,6	15,7	28,6	302,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,4	56,0	184,3	1 438,9



МЕНЮ

Ясли 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"		150	5,5	6,2	19,9	158,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6	0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			11,4	16,5	44,2	371,4
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		95	1,4	0,5	20,0	91,2
БАНАН	135,71	95	1,4	0,5	20	91,2
			1,4	0,5	20,0	91,2
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ		150/15	4,1	5,3	11,6	114,9
КАРТОФЕЛЬ	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
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	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ГОЛУБЦЫ		170	8,1	10,4	10,7	170,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	103	82,4	1,5	0,1	3,8	22,4
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
КРУПА РИСОВАЯ	6,3	6,3	0,4	0,1	4,6	20,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,3	0,2	0	1,2	5,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	11,3	8,8	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,7	3,7	0,2	0	0,7	3,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,4	26,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ		150	0,2	0,1	10,7	45,1
ЯБЛОКИ	17	14,96	0,1	0,1	1,5	6,8
ВИШНЯ	17	14,45	0,1	0	1,5	7,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			17,2	16,3	64,1	478,1
Полдник						
СНЕЖОК		150				
СНЕЖОК 2,5 %	150	150	0	0	0	0,0
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		120	2,9	3,4	16,7	109,5
КАРТОФЕЛЬ	128,57	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	36	36	1	1,2	1,6	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			4,5	4,0	34,9	194,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,5	37,3	163,2	1 134,8



МЕНЮ

Ясли 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		150	5,0	5,3	20,5	150,3
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6	0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ		150	4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			10,9	15,6	44,6	363,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		40	0,7	2,0	2,1	29,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	47	37,6	0,7	0	1,7	10,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,36	0	0	0,3	1,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ-РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СУП НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ		180	4,5	6,2	14,6	136,0
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	100	80	1,6	0,3	12,6	59,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	18	13,5	2,4	2,1	0	28,5
УКРОП	0,5	0,37	0	0	0	0,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,021	0,021	0	0	0	0,0

ПЛОТЧКИ ПАРОВЫЕ		50	11,0	12,0	2,5	162,3
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
РИС ОТВАРНОЙ		120	3,1	5,8	31,9	191,8
КРУПА РИСОВАЯ	43,27	42,84	2,9	0,4	30,7	138,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,3	0,1	12,0	55,8
ШИПОВНИК СУХОЙ	9	9	0,3	0,1	4,2	24,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			24,4	26,6	94,2	723,4
Полдник						
КИСЕЛЬ		150	0,1	0,1	20,9	84,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
			0,1	0,1	20,9	84,8
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		65	6,1	7,9	1,1	100,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,14 шт.	45,89	5,6	5,1	0,3	69,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,4	0,8	8,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			7,7	8,5	19,3	184,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,5	51,2	188,3	1 401,0



МЕНЮ

Ясли 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	150		4,5	5,2	22,1	154,1
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			10,4	15,5	46,4	367,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,1	2,1	3,5	37,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30	19,5	0,6	0	1,3	7,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	12	12	0,2	0	0,4	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	13,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	11	7,7	0,2	0	1,3	5,7
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С РЫБОЙ	50/100		7,7	6,9	11,0	141,6
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	30	30	5,3	0	0	21,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	13,3

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		160	6,1	8,7	15,1	163,4
КАРТОФЕЛЬ	118	82,6	1,6	0,3	13,1	61,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,8	10,7	0,1	0	0,9	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
МОРКОВЬ	12,8	9,9	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
ЧЕСНОК	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	2,0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			19,7	18,2	68,4	521,3
Полдник						
РЯЖЕНКА		150	4,4	3,8	6,3	81,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ		150	4,4	3,8	6,3	81,0
			4,4	3,8	6,3	81,0
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		75/10	13,8	9,4	14,9	203,5
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,2	6,1	2	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	4,5	4,5	0,5	0	3,1	14,4
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,3	21,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1		8,0	33,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			15,4	10,0	33,2	289,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,3	47,9	163,6	1 303,2

приказ № 342-09
2021г

МЕНЮ

Ясли 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	150		5,5	5,6	18,9	149,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,4	0,7	11	59,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			13,6	13,8	42,9	352,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40		0,7	2,0	3,6	35,3
КАРТОФЕЛЬ	14,29	10	0,2	0	1,6	7,5
СВЕКЛА	10,32	8	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	8	8	0,1	0	0,1	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	5	3,25	0,1	0	0,2	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	180/15/10		4,3	7,1	13,3	138,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14,2	11,9	0,9	0,3	5,9	30,3
КАРТОФЕЛЬ	49,7	37,3	0,7	0,1	5,9	27,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,9	7,5	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	9,3	7,5	0,1	0	0,5	2,5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,2	134,2	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ С МЯСОМ		160	10,4	11,3	23,6	237,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	31	31	3,3	0,4	21,2	101,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	141,5	141,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,2	4,5	0	60,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,2	22,2	0,6	0,7	1	12,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	20,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			20,2	20,9	79,3	590,4
Полдник						
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
			4,2	4,7	6,8	87,3
Ужин						
ОЛАДЫ СО СМЕТАНОЙ		65	5,7	6,7	34,9	227,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,1	48,1	5	0,6	32,6	155,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,1	48,1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		120	0,1		8,0	34,1
ЛИМОН	16	9,6	0,1	0	0,3	3,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	117,6	117,6	0	0	0	0,0
			5,8	6,7	42,9	261,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,2	46,5	181,2	1 336,3



МЕНЮ

Ясли 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	150		5,1	6,0	20,7	157,4
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
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	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,9	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			11,0	16,3	45,0	370,4
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120		0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			0,6	0,1	12,1	51,6
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40		0,3	2,0	3,1	32,5
МОРКОВЬ	27,35	21,2	0,3	0	1,5	7,2
ЯБЛОКИ	19,55	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ.РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,6	9,1	7,0	128,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	12,5	10	0,2	0	0,5	2,7
КАРТОФЕЛЬ	45,71	32	0,6	0,1	5	23,9
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,1	0	0,4	2,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	7,2	4,8	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		170	7,0	11,3	29,4	247,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	11	8,8	0,1	0	0,6	3,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
КРУПА РИСОВАЯ	39	38,61	2,6	0,4	27,7	124,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			15,7	22,9	78,3	587,5
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		150	4,5	0,2	6,0	46,5
Варенец 2,5 % жирности	150	150	4,4	3,8	6,3	81,0
			4,5	0,2	6,0	46,5
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,8	4,9	15,9	123,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	122,3	85,6	1,6	0,3	13,6	63,9
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,5	2,4	0,6	0,7	0	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,9	32,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			4,4	5,5	34,1	208,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,2	45,0	175,5	1 264,5

приказ № 342-09
от 10.20.2019

И.Б.

МЕНЮ

Ясли 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	150		5,3	5,5	21,5	157,7
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		0,1	5,0	0,1	45,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		4,3	4,7	13,7	115,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
			11,2	15,8	45,6	370,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5		5,3	9,4	19,0	185,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,5	11	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,5	132,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	18	12,96	2,3	2,3	0	29,9
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	12	11,88	1,1	0,1	7,7	36,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	160		7,0	7,2	8,5	128,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
УКРОП	1,5	1,11	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32	23,04	4,1	4,1	0	53,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,12	0,12	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40/30	4,8	0,5	31,1	148,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			17,1	17,1	66,3	492,9
Полдник						
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 2,5 % 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
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			5,9	5,8	20,9	162,9
Ужин						
МАКАРОНЫ С КАБАЧКОВОЙ ИКРОЙ		110	2,8	3,4	17,7	112,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,7	0,3	17,1	82,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	8	7,6	0,1	0,7	0,6	8,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,2	2,3	11,4	75,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	2,3	3,4	43,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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
			6,5	6,3	39,4	240,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,1	45,4	181,5	1 312,1